fbs
Ev. Familienbildungsstätte
Werra-Meißner

Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

2024

„BEGEGNUNG IST EIN ABENTEUER!“

Katrin Klöpfel, Pfarrerin / stellv. Dekanin

Ein vielfältiges, abwechslungsreiches Programm erwartet Sie, liebe Leserinnen und Leser, in der Ev. Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner. Schön, dass Sie sich die Zeit nehmen, das Programmheft zu durchstöbern. Wir hoffen, dass auch für Sie etwas mit dabei ist: eine interessante Veranstaltung, ein ansprechendes Projekt oder ein spannender Kurs.

Frei nach dem Motto „Begegnung ist ein Abenteuer“ hält das Jahresprogramm viele kleine und große Abenteuer bereit an den Orten, an denen das Team der Ev. Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner präsent ist. Denn die Begegnung von Menschen steht im Mittelpunkt des umfangreichen Angebotes. „Alles, was ihr tut, geschehe in Liebe“ (1. Korintherbrief 16,14), so lautet das Bibelwort für das Kalenderjahr 2024. Die Jahreslosung sagt viel über das Engagement des FBS-MGH-Teams aus. Die Arbeit der Mitarbeitenden und die Begegnung mit Gästen ist geprägt von Nächstenliebe und Wertschätzung. Erleben Sie es selbst: bei der Beratung für Eltern ebenso wie bei den Patenangeboten; in der Freiwilligenagentur OMNIBUS und der Kindertagespflege, den Angeboten für Senior:innen und pflegenden Angehörigen, in den Kursen sowie bei Ferienangeboten oder bei einem spontanen Gespräch am Geschenketisch. Die Familienbildungsstätte ist ein Haus mit offenen Türen. Besucher sind willkommen!

Ich wünsche Ihnen abenteuerliche und bereichernde Begegnungen in der Ev. Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner in 2024.

VERANSTALTUNGEN

Offene Treffs und Märkte 6
Eltern und Kinder 10
Eltern 18
Kinder, Jugendliche, Ferienangebote 21
Interkulturalität 28
Gesundheit und Kochen 30
Kreatives und Musik 40

FACHBERATUNG FÜR FRAUEN 41

KINDERBETREUUNG – KINDERTAGESPFLEGE IM WMK 42

FAMILIENHEBAMMEN UND -KINDERKRANKENSCHWESTERN 44

PATENANGEBOTE 45

OMNIBUS – DIE FREIWILLIGENAGENTUR 46

SENIOREN, PFLEGENDE ANGEHÖRIGE 48

WEITERE ANGEBOTE 53

EVANGELISCHES FORUM 58

TERMINÜBERSICHT 60

STANDORT: AN DEN ANLAGEN 14A, ESCHWEGE

ORGANISATION UND LEITUNG:

Geschäftsführung: Gudrun Lang, 05651-3377012
Pädagogische Leitung: Birgit Elbracht, 05651-3377014
Anmeldung und Verwaltung: Katja Buchenau, 05651-3377001

STÄRKUNG VON FAMILIEN:

Familienhäuser im WMK: Julia Schlarbaum, 05651-3377019 und Christine Horn, 05651-3377004
Familienhebammen und -kinderkrankenschwestern: Birgit Elbracht, 05651-3377014

ARBEITSMARKTINTEGRATION FÜR FRAUEN:

Aktiv in den Job: Antje Vopicka, 0176-70258275 und Carina Stanzel, 0151-2104 4805
Let´s work: Ainaz Basanjideh, Christina Britsch, 0151-20719413

PATENANGEBOTE:

PINGUIN – Paten für Familien und Vorlesepaten: Christine Horn, 0157-74360061
Impulspatenschaften: Christine Horn, 0157-74360061
Mosaik – Interkulturelle Paten: Christina Britsch, Dagmar Quentin, 0151-20719413

Standort: An den Anlagen 14a

STANDORT: NIKOLAIPLATZ 13, ESCHWEGE

OMNIBUS – DIE FREIWILLIGENAGENTUR:

Kathrin Beyer, Andrea Eckardt, 05651-3332424

KINDERTAGESPFLEGE WERRA-MEISSNER:

Christina Manegold, Diana Osterburg, Lucia Schäfer 05651-3377003

SENIOREN:

ÄlwiS: Peggy Großkurth, 05651-3377006
Seniorenbegleitung: Siegrid Bommhardt, Annette Koch, 05651-3377018

Standort: Nikolaiplatz 13

STANDORT: HOSPITALPLATZ 1-3, ESCHWEGE

FACHBERATUNG FÜR FRAUEN:

Anja Axt und Ulrike Gätje, 05651-47989 55

WIR FREUEN UNS AUF SIE UND AUF EUCH UND ALLE BEGEGNUNGEN IN 2024!

Das Team der Ev. Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner

MAMA MIA

Treff für junge Mütter und junge Schwangere

Hier kannst Du andere junge Mütter kennenlernen, die Deine Situation kennen und verstehen. Ihr habt Zeit, Euch auszutauschen und Eure Fragen werden von der erfahrenen Kursleitung beantwortet.

kostenfrei

Bei Interesse melden Sie sich bitte unter 0176-70258275

Antje Vopicka

ALLEINERZIEHENDEN-TREFF

Andere Menschen kennen lernen, sich unterhalten, Erfahrungen austauschen, Informationen erhalten, gemeinsame Aktionen und Ausflüge planen, Wut loswerden, sich freuen, sich entspannen ... Neue Teilnehmende sind herzlich willkommen, Einzeltermine sind möglich.

kostenfrei mit Kinderbetreuung

Bei Interesse melden Sie sich bitte unter 0176-70258275

Antje Vopicka

LERN-CAFÉ

- lesen, schreiben, rechnen üben
- Rechnungen lesen und verstehen
- Sinn und Inhalt von Dokumenten verstehen
- Hilfe beim Formulieren von Briefen

kostenfrei

jeden Dienstag, 16:30 - 18:00 Uhr

Christine Horn, 0157 74360061

COMPUTERHILFE

Beratung rund um Smartphone, Tablet und Co

Die Sprechstunde richtet sich an alle, die Rat bei aktuellen Problemen im Umgang mit ihrem PC, Laptop, Tablet oder Handy benötigen. Nutzen Sie die Gelegenheit, sich individuell beraten zu lassen. Um Fragen zu Ihrem eigenen Notebook, Tablet oder Smartphone beantworten zu können, bringen Sie dieses bitte mit.

kostenfrei

Termine nach Vereinbarung

Ainaz Basanjideh, 0157-33276042

HANDARBEITSTREFF AM NACHMITTAG

In netter Runde zusammensitzen, am eigenen Handarbeitsprojekt arbeiten, plaudern, Kaffee oder Tee trinken, Erfahrungen austauschen, Wissenswertes weitergeben oder Neues erlernen. Sie sind herzlich willkommen.

kostenfrei, Anmeldung erforderlich

Mo, 15.01., 12.02., 18.03., 15.04., 13.05., 17.06., 26.08., 23.09., 28.10., 18.11. und 16.12.24 von 15:30 - 17:30 Uhr

Margit Herwig

MITTAGSTISCH

Ein knackiger Salat, Suppe als Vorspeise, ein vegetarisches Gericht als Hauptspeise und ein leckerer Nachtisch – das ist unser Mittagstisch. Jeden Dienstag kocht das ehrenamtliche Team aus frischen Lebensmitteln ein gesundes, leckeres Mittagessen. In gemütlicher Atmosphäre wird gemeinsam gegessen. Sie sind herzlich willkommen! In den Schulferien findet das Angebot nicht statt.

5,00 €

Immer dienstags von 12:30 - 13:00 Uhr
Anmeldung bis jeweils montags 17:00 Uhr

ehrenamtliches Mittagstisch-Team

BACKFREUNDE

Menschen, die gerne süße Kuchenträume, Plätzchen und Torten backen und danach zusammen in geselliger Runde bei Kaffee und Kuchen plaudern – das sind unsere Backfreunde. Jeder bringt sein Rezept und die Zutaten mit und dann geht es gemeinsam an die Knethaken.

kostenfrei, Anmeldung erforderlich
Rezept und Backzutaten mitbringen

Nov-April am 1. und 3 Sonntag im Monat
Mai-Okt am 1. Sonntag im Monat
von 11:30 - 14:30 Uhr

FBS SONNTAGSCAFÉ

Sie sind herzlich eingeladen, sonntags den Nachmittag gemeinsam in der Ev. Familienbildungsstätte zu verbringen. Alle sind herzlich willkommen, die Lust auf Gesellschaft und Austausch haben. Für frisch gebackene Waffeln und Kuchen sowie Kaffee und Tee ist gesorgt.

kostenfrei

Nov-April am 1. und 3 Sonntag im Monat
Mai-Okt am 1. Sonntag im Monat
von 15:00 - 17:00 Uhr

Leona Großkurth, Michael Großkurth

QUIZ AM NACHMITTAG

Gehirntraining ist wichtig! In unserer Runde werden die grauen Zellen bei einem Quiz oder Ratespiel mit viel Spaß in Bewegung gebracht. Die Gesellschaft und die Wünsche der Teilnehmenden stehen dabei mit im Vordergrund und kommen natürlich nicht zu kurz. Regelmäßiges, vielseitiges und ausgewogenes Training kann Ihre Kopfarbeit in jeder Hinsicht verbessern zudem wirkt es präventiv. Freitags in jeder ungeraden Woche

5,00 €

ab Fr, 05.01.24 15:00 - 17:30 Uhr

Diane Tschernow

OFFENER SPIELENACHMITTAG

für Jung und Alt

In geselliger Runde und gemütlicher Atmosphäre kann sich hier Jedermann/frau zum Spielen einfinden. Ob Kniffel, Mensch ärgere Dich nicht oder Rommé, alles ist möglich und macht in größerer Runde viel mehr Spaß. Auch Lieblingsspiele von zu Hause dürfen mitgebracht werden oder vorhandene Spiele aus der FBS genutzt werden. Schauen Sie doch mal vorbei! Wir freuen uns auf Sie!

kostenfrei
wöchentlich ab Do, 18.01.24
von 16:00 - 18:00 Uhr

STAUDEN- UND PFLANZEN-FLOHMARKT

Von Akelei bis Zaubernuss können Sie auf unserem Flohmarkt alles verkaufen, was in Ihrem Garten zu üppig geworden ist und natürlich kaufen, wenn Ihre Blumen- oder Gemüsebeete Lücken für „Neues" haben. In gemütlicher Atmosphäre bei Kaffee und Kuchen wird sicherlich der eine oder andere Gartentipp weitergegeben. Bei trockenem Wetter findet die Veranstaltung im Hof der FBS statt – bei Regen im Haus. Bitte melden Sie sich an, wenn Sie Pflanzen anbieten möchten!

pro Tisch 3,00 €
Fr, 03.05.24
14:00 - 17:30 Uhr
Iris Gleim

TIPP:

Honorarkräfte gesucht!
KursleiterInnen und ReferentInnen mit entsprechenden Fähigkeiten können sich gerne bei uns melden. Wir freuen uns auf Ihre Veranstaltungsangebote.

KLEIDERKARUSSELL

Voller Schrank aber nichts zum Anziehen? Dann gibt es nur Eins: Selten getragene Kleidungsstücke oder Fehlkäufe aussortieren und zum KleiderKarussell mitbringen. So funktioniert es: Jede Frau kann ca. 5 gut erhaltene, modische Kleidungsstücke und Accessoires abgeben und dafür bis zu 5 „neue" Teile mit nach Hause nehmen. Was übrig bleibt, wird gespendet oder kann um 13:00 Uhr wieder mitgenommen werden. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

kostenfrei
Sa, 09.03.24 11:00 - 13:00 Uhr
Sa, 21.09.24 11:00 - 13:00 Uhr
Dorte Kodron

HOBBY-KÜNSTLERMARKT

Filzaccessoires, Tücher, Schals, Stirnbänder, Stulpen, Schmuck, Babykleidung, Kuscheltiere, Taschen, Karten, Keramik, Mosaik und vieles mehr erwartet Sie auf unserem Hobby-Künstlermarkt. Sie können die Werke bestaunen oder käuflich erwerben – für sich selbst oder zum Verschenken. Ausstellende: Angela

Bäucker-Struck, Anke Böttner, Gabriele Buttenberg, Andrea Eckert, Christina Etzrodt-Rempeters, Marion Feld, Regina Friedl, Iris Gleim, Andrea Kockel, Ulrike Pitsch, Katja Radewagen, Regine Rohmund, Sabine Spengler.

Eintritt frei
Sa, 02.11.24 11:00 - 17:00 Uhr
Iris Gleim

FLOHMARKT VON KINDERN FÜR ALLE

Kinder haben hier die Möglichkeit, Spielsachen, Bücher, CD´s und andere Gegenstände, aus denen sie "herausgewachsen" sind, anzubieten. Verkaufen können alle Kinder zwischen 8 und 16 Jahren, die sich angemeldet und einen Standplatz erhalten haben.

pro Tisch 3,00 €
Sa, 23.11.24 15:00 - 17:00 Uhr
Katja Buchenau

Anzeige

Egal was kommt,
wir sind für Sie da!

Ihre Generalagentur
Rölling & Regenbogen OHG
Bismarckstraße 15
37269 Eschwege
Tel.: 05651 7459-0
www.sv.de/roelling.regenbogen

Sparkassen Versicherung

Anzeige

IHRE BUCHHANDLUNG IN ESCHWEGE

... UND MEHR

HEINEMANN

buchheinemann.de

G. u. E. Heinemann e. K.
Marktstr. 7-11
37269 Eschwege
(05651) 7473-0
info@buchheinemann.de

buchheinemann.de

DELFI®

für Eltern und Babys im 1. Lebensjahr

Ihr Kind lernt jeden Tag etwas Neues, es erkennt Zusammenhänge und begreift sie. In dieser Zeit geht die Entwicklung oft schnell und viele Fragen treten auf, zu denen Sie in den DELFI® Stunden Informationen erhalten. Auch der Erfahrungsaustausch untereinander zu aktuellen Themen spielt eine wichtige Rolle: Erlebnisse rund um die Geburt, die neue Elternrolle, Spiele zur Entwicklungsförderung, Schlafen, Weinen, Ernährung. Entsprechend dem Entwicklungsstand der Babys werden vielfältige Bewegungs- und Wahrnehmungsanregungen gezeigt. Sie spielen mit Ihren Kindern Fingerspiele singen Lieder.

Wir bieten Kurse
für Babys von 2 bis 4 Monaten
für Babys von 5 bis 8 Monaten
für die „Großen" ab 9 Monaten an

90,00 €

10 x 1,25 Stunden

Die Kurse beginnen jeweils in der ersten Woche nach den Ferien.

Freie Plätze und Termine bitte im Büro erfragen

BABY MASSAGE

für Babys ab der 6. Woche

Das Gefühl von Geborgenheit, Liebe und Entspannung ist für Kinder im ersten Lebensjahr von großer Bedeutung. Mit der Babymassage lernen Sie Möglichkeiten kennen, wie Sie Ihrem Baby Aufmerksamkeit schenken und über die Haut alle Sinne ansprechen können. So werden Stoffwechsel und Durchblutung Ihres Kindes angeregt, die Muskulatur entspannt sich und Blähungen werden gelindert.

Ihr Baby wird sich in seiner Haut einfach wohl fühlen. Die Babymassage ist eine leicht zu erlernende und im alltäglichen Umgang mit Ihrem Kind immer wieder anzuwendende Technik. Bitte mitbringen: Badetuch, warme Socken, Babyöl. Je 3 Termine.

24,00 €

Mo, 05.02.24 15:30 - 16:30 Uhr
Mo, 10.06.24 15:30 - 16:30 Uhr
Mo, 04.11.24 15:30 - 16:30 Uhr

Martina Zindel

BEIKOST-BRUNCH

Gesund, bunt, gemeinsam

Der Beikost-Brunch bietet was für Groß und Klein: es werden gemeinsam beikostgeeignete Rezepte zubereitet, die im Anschluss gemeinsam beim Brunch verzehrt werden können. Ob Aufstrich, Brot, Waffeln, Finger-Food oder Brei: die Auswahl der Rezepte wird in Absprache mit den Teilnehmer*innen getroffen, sodass für alle was dabei ist. Es gibt reichlich Raum für Austausch untereinander, sowie die Gelegenheit, fachliche Fragen rund um die Ernährung zu besprechen.

15,00 € je Teilnahme Eltern-Kind-Paar inkl. Umlage für Lebensmittel

Start Fr, 02.02.24 09:30 - 11:30 Uhr
dann immer am 1. und 3. Freitag im Monat, nicht in in den hessischen Ferien

Vanessa End

PILATES FÜR MÜTTER MIT BABYS

Pilates-Übungen dienen gezielt dem Beckenbodentraining und der Körpermitte und bauen auf die Rückbildungsgymnastik auf. Der Kurs trainiert sowohl die Ausdauer als auch die Kraft und beinhaltet Entspannungsübungen. Die Babys werden in das Training integriert, genießen den engen Körperkontakt zur Mutter und haben Freude an der Bewegung. Alle erlernten Übungen können auch auch Zuhause fortgeführt werden. Je 8 Termine.

52,00 €

Do, 01.02.24 14:30 - 15:30 Uhr
Do, 31.10.24 14:30 - 15:30 Uhr

Daniela Saalfeld

SPIELKREISE

für Eltern, Großeltern und Kinder von 1-3 Jahren

In kleinen Gruppen lernen die Kinder mit viel Freude neue Bewegungs- und Fingerspiele kennen. Sie toben in „Höhlen", kriechen durch Tunnel, drehen sich mit dem „Karussell" und kreieren ihre ersten Kunstwerke. So wird ihre Fantasie, Bewegung und Kreativität spielerisch gefördert. Die Eltern kommen miteinander ins Gespräche, z.B. über die Entwicklung ihrer Kinder. Nicht selten entstehen hier Freundschaften fürs Leben.

60,00 €

10 x 1,25 Stunden
Die Kurse beginnen jeweils in der ersten Woche nach den Ferien.

Freie Plätze und Termine bitte im Büro erfragen.

BUGGY-FITNESS

Beim Training an der frischen Luft wird der Kinderwagen zum Trainingsgerät umfunktioniert. Ihr Baby oder Kleinkind wird in Ihr Fitnessprogramm integriert. Mit Ausdauer-, Kraft- und Entspannungstraining wird die Fettverbrennung angekurbelt und Ihre Energie zurückgeholt! Der Fokus ist auf Ihren Beckenboden und Ihre Körpermitte gerichtet. Teilnahme nach abgeschlossener Rückbildungsgymnastik. 8 Termine.

50,00 €

Do, 25.04.24 10:45 - 11:45 Uhr
Do, 29.08.24 10:45 - 11:45 Uhr
(nur 6 Termine, 39,00 €)

Treffpunkt Werratalseebrücke, Leuchtbergstraße Eschwege

Daniela Saalfeld

WILLKOMMEN BEI DEN KRÜMELS

In diesem Eltern-Kind-Treff bekommen Sie als Familie die Möglichkeit, andere Familien mit kleinen Kindern kennenzulernen, einen Kaffee/Tee zu trinken und sich nebenbei auszutauschen. Ihre Kinder haben vor Ort die Möglichkeit, gemeinsam miteinander zu spielen.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Mo, 22.01.24 15:00 - 16:30 Uhr
Mo, 04.03.24 15:00 - 16:30 Uhr
Mo, 22.04.24 15:00 - 16:30 Uhr
Mo, 03.06.24 15:00 - 16:30 Uhr

Julia Schlarbaum

KRABBELGOTTESDIENST

An diesem Sonntag möchten wir mit Ihnen einen besonderen Gottesdienst feiern. Das Thema wird auf anschauliche Weise für Ein- bis Dreijährige dargestellt, so dass die Kinder mit allen Sinnen die Liebe Gottes erfahren können. Im Anschluss an den halbstündigen Gottesdienst gibt es eine „Stärkung“ und es ist Zeit für ein gemütliches Beisammensein. Auch ältere Kinder und Geschwisterkinder sind herzlich willkommen!

Vorbereitet und durchgeführt wird der Krabbelgottesdienst von der Ev. Familienbildungsstätte-MGH und der Kreuzkirchengemeinde.

kostenfrei

So, 04.02.24 17:00 - 18:00 Uhr
So, 01.09.24 17:00 - 18:00 Uhr

ESW- Kreuzkirche

Sabine Mähler

TIPP:

Sie suchen ein passendes Geschenk?
Verschenken Sie einen Kursgutschein der FBS!

LATERNENUMZUG

Familien mit Kindern sind herzlich dazu eingeladen, an unserem Umzug teilzunehmen. Punsch, Brezeln und Lieder runden den gemeinsamen Abend ab. Eine eigene Laterne, sowie ein funktionierender Stab sind von Ihnen mitzubringen.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Mo, 11.11.24 16:30 - 18:00 Uhr

Julia Schlarbaum

WIR FEIERN ADVENT

Familien mit Kindern sind herzlich dazu eingeladen, sich bei Kaffee, Kinderpunsch und Plätzchen zusammenzusetzen, einer Geschichte zu lauschen, gemeinsam zu singen und sich auszutauschen.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

So 01.12.24 15:00 - 16:30 Uhr

Julia Schlarbaum

Anzeige

YOGA

für Kinder und Eltern

Braucht Ihr Kind im letzten Kindergartenjahr noch etwas Abwechslung? Oder ist es schon in der ersten Klasse und wünscht sich schöne Eltern-Kind-Zeit? In diesem kleinen Kurs erleben Sie gemeinsame innige Momente, lernen Yogaübungen für Groß und Klein, schenken sich gegenseitig Massagen und begeben sich auf tolle Phantasiereisen. Je 5 Termine.

35,00 €

Di, 23.01.24 15:00 Uhr - 16:00 Uhr
Do, 05.09.24 15:00 Uhr - 16:00 Uhr

Anja Heinrich

BERÜHRUNG MIT RESPEKT®

Eltern-Kind-Massage für Kinder 5-8 Jahre

Vielleicht sind Sie auf der Suche nach einem besonderen Weg zur Unterstützung und Förderung der ganzheitlichen Entwicklung Ihres Kindes? Dieser Kurs bietet Ihnen und Ihrem Kind die Möglichkeit, in eine besondere Eltern-Kind-Beziehung zu treten und Ihre Bindung zu intensivieren. Finden Sie eine kleine Oase im Alltag. Sie erfahren im Kurs die theoretischen Grundlagen und praktischen Umsetzungen der Eltern-Kind-Massage „Berührung mit Respekt"®. Sie erhalten ein Skript und Öl für Zuhause. Bitte mitbringen: Ein kl. Kissen, eine kl. Decke, 2 kl. Handtücher und warme Socken. Bequeme Kleidung ist von Vorteil. 6 Termine.

40,00 €

Di, 16.04.24 15:30 -16:30 Uhr
Bei bestehendem Interesse
weitere Termine im Jahr möglich

Angela Fricke

VÄTER UND KINDER UNTERWEGS ZUM BAUBETRIEBSHOF

Wie sieht es auf dem Baubetriebshof aus? Was machen die Männer in Orange? Bei Wind und Wetter rücken sie aus, um für uns im Einsatz zu sein. An einem Freitagvormittag wollen wir uns das Geschehen einmal ganz genau Vorort anschauen. Die Männer in Orange zeigen euch, was dort jeden Tag anfällt. Wie fährt es sich auf einem Müllauto? Wie wird das Streuauto beladen? Was muss man bei der Pflege von Parkanlagen beachten? Und vieles mehr. Freut Euch auf einen interessanten Ausflug.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Fr, 22.03.24 10:00 - 12:00 Uhr

Baubetriebshof Eschwege

Uwe Schäffer

Anzeige

Ihr Eschweger
espada
Freizeitbad
espadino
Der WasserSpaßGarten
· Sportbecken mit Nichtschwimmerbereich
· Fitness-Relax-Becken
· Sprungturm
· Eltern-Kind-Bereich
· Wasserrutschen
· Wasserstrahl Massage-Liege VelusJet®
· espadino WasserSpaßGarten
· Piratenspielplatz
· Sonnenwiese
Kurstermine und Buchung www.espada.de
espada Freizeitbad
Goldbachstraße 55 · 37269 Eschwege
Telefon 05651 807-289
/espada.freizeitbad
/espada.freizeitbad
KLETTERWALD
ESCHWEGE
www.kletterwald-eschwege.de
Bitte meldet Euch vor dem Klettern bei uns an!
HOCH HINAUS!
Kletterspaß auf sechs Parcours

VÄTER UND KINDER UNTERWEGS ZUR POLIZEI

An einem Samstagvormittag geht´s in einer kleinen Gruppe zur Polizei. Sich einmal in den geheimnisvollen Räumen der Polizei umzusehen, wird nicht nur die Kinderherzen höher schlagen lassen. Wo und wie üben die Polizisten/ -innen ihre Einsätze? Wie laut ist ein Martinshorn und wie sieht ein Polizeiwagen von innen aus? Viele Fragen werden auf offene Ohren stoßen. Viele Antworten werden große Augen hervorrufen.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Sa, 20.04.24 10:00 - 12:00 Uhr

ESW-Polizei

Alexander Först, Jörg Künstler

SEIFENBLASENZIRKUS FÜR GROSS UND KLEIN

Eltern mit Kindern ab 4 Jahren

Seifenblasen begeistern Groß und Klein gleichermaßen. Gemeinsam stellen wir einen eigenen „MagicStick" für zu Hause her. Im Anschluss können dann nach Herzenslust Riesenseifenblasen in den Himmel geschickt werden.

20,00 €
pro Eltern-Kind-Paar, inkl. Material

Sa, 27.04.24 14:00 - 17:00 Uhr

Chantal Wiechern

GROSSELTERNSPAZIERGANG

mit Kindern von 2 - 7 Jahren

Alt und Jung verbringen lehrreiche Stunden im Wald: Sie werden das Thema Bäume behandeln und viele kreative Aufgaben erfüllen, z.B. das Erstellen eines Familienwappens. Als Gruppe erleben Sie einen ganz besonderen Nachmittag. Sie müssen keine weiten Wege bewältigen! Bitte Sitzunterlagen, ein weißes/ helles Geschirrtuch und ggf. Getränke mitbringen.

Materialumlage 1,00 € pro Person

Mi, 15.05.24 15:00 - 17.30 Uhr
Mi, 18.09.24 15:00 - 17:30 Uhr

ESW- Parkplatz am Sattel zwischen den Leuchtbergen

Charlotte Döhle

WIR FILZEN EIN FAMILIENBILD

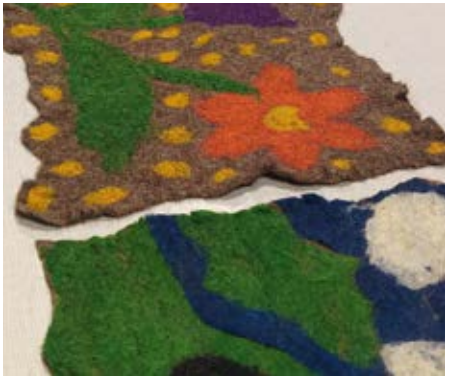
Eltern mit Kindern ab 6 Jahren

Eltern und Kinder filzen gemeinsam ein Familienbild. Durch Wasser, Seife und die Kraft unserer Hände wird aus Schafwolle ein Wandbild oder ein kleiner Teppich gefilzt, das sich sicherlich auch hervorragend als Geschenk eignet. Bitte bringen Sie zwei Handtücher und eine kleine Schüssel mit.

25,00 €
pro Eltern-Kind-Paar, inkl. Material

Sa, 07.12.24 14:00 - 17:00 Uhr

Chantal Wiechern



Anzeige

Weil's um mehr als Geld geht

spk-wm.de

Anzeige

Rigobert Hindermann

MALER- UND LACKIERERMEISTER

- Malerarbeiten
- Lackiererarbeiten
- Bodenverlegerarbeiten
- Fassadengestalltung
- Vollwärmeschutz
- Trockenbau

Bahnhofstraße 20 - 37351 Silberhausen
03 60 75 - 3 08 61
r.hindermann@t-online.de

GEBURTSVORBEREITUNGS-KURS

Dieser Kurs richtet sich sowohl an Paare als auch an Frauen allein. Im Geburtsvorbereitungskurs werden werdende Eltern auf Ihre Elternrolle vorbereitet und können sich aktiv mit anderen Schwangeren und Paaren über die neue Situation austauschen. Es werden anatomische Grundlagen rund um den Geburtsprozess vermittelt. Anleitungen zur Körper- und Atemarbeit fördern das Körperbewusstsein, stärken das Selbstvertrauen in den eigenen Körper und nehmen somit Ängste. 7 Termine. Anmeldung und freie Termine unter 0151-21105858, Hebamme Conny Zeuch.

wird von der Krankenkasse übernommen
montags von 18:30 - 20.30 Uhr
Conny Zeuch

RÜCKBILDUNG NACH DER GEBURT

Zurück zu sich selbst

Dieser Kurs richtet sich an Mütter mindestens 8-10 Wochen nach der Geburt. Ihre Babys können Sie gern zum Kurs mitbringen. Mit praktischen Übungen für den Alltag wird Ihnen in diesem Kurs die behutsame Kräftigung Ihrer Beckenmuskulatur aufgezeigt. Erspüren und Erlernen Sie durch sanfte Bewegungen der gedehnten Muskulatur Ihre innere Kraft neu. 7 Termine. Anmeldung und freie Termine unter 0151 21105858, Hebamme Conny Zeuch.

wird von der Krankenkasse übernommen
freitags von 10:00 - 11:30 Uhr
Conny Zeuch

REGELN IM FAMILIENALLTAG

Sicherer Halt oder enge Mauern ...?

Als Eltern kommen wir immer wieder in Situationen, in denen wir uns und unsere Handlungen hinterfragen, da wir unsere Kinder auf ihrem Lebensweg bestmöglich unterstützen wollen. Wir werden gemeinsam auf sinnvolle und unsinnige Regeln im Alltag schauen, über

die Bedeutung von Grenzen für die kindliche Entwicklung sprechen, auf Schwierigkeiten im Erziehungsalltag schauen und gemeinsam mögliche Lösungen überlegen.

kostenfrei

Do, 14.03.24 19:00 - 21:00 Uhr
Do, 10.10.24 19:00 - 21:00 Uhr

Peggy Großkurth

LIEBE, WUT UND MILCHZÄHNE

Film und Gespräch

Als junger Vater, der seinen Kindern eigentlich liebevoll begegnen will, fragt sich der Regisseur Domenik Schuster in seinem Film LIEBE, WUT & MILCHZÄHNE, weshalb er sich im Alltag mit seinen Kindern immer wieder in eine Art Erziehungsautomat verwandelt, der seine Kinder unter Druck setzt, Drohungen ausspricht und Angst erzeugt, um ein bestimmtes Verhalten zu ändern. Denn dieser Erziehungsautomat hat rein gar nichts mit dem Vater zu tun, der er eigentlich sein will. Bleibt nur zu klären: Woher kommt dieser Erziehungsautomat? Wie schlimm ist er wirklich? Und wie um alles in der Welt wird man ihn wieder los? Ein Film für alle Eltern, die neue Wege gehen wollen – und sich dabei ab und zu verlaufen. Im Anschluss an den Film wollen wir gemeinsam über das Gesehene reden.

kostenfrei

Mi, 17.04.24 19:00 - 21:00 Uhr

Peggy Großkurth

ERSTE HILFE AM KIND

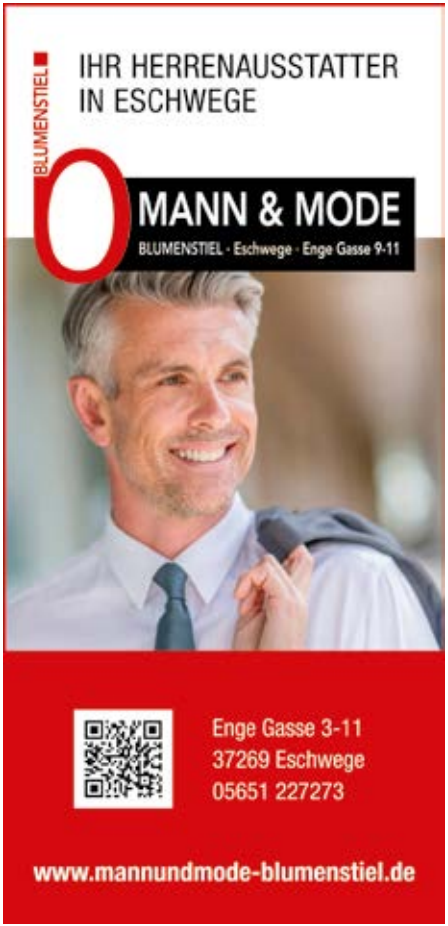
Sie erlernen in diesem Kurs die Versorgung bedrohlicher Blutungen bei Kindern, aber auch lebensrettende Sofortmaßnahmen, die bei Atemstörungen und Störungen des Herz-Kreislaufsystems zu treffen sind. Weitere Themen: Knochenbrüche, Schock, Kontrolle der Vitalfunktionen, Beatmung sowie Herz-Lungen Wiederbelebung sowie Vergiftungen. Zur Unfallprävention werden Ihnen außerdem besondere Gefahrenquellen für Kinder aufgezeigt und vorbeugende Maßnahmen nahegebracht. Der Kurs schließt mit einem offiziellen Zertifikat ab.

35,00 €

Fr, 21.06.24 15:00 - 19:00 Uhr und
Sa, 22.06.24 09:00 - 13:00 Uhr

Tina Lingelbach-Hüther

Anzeige



Anzeige

ELTERNRAT

In einer vertraulichen Gruppe werden Erziehungsthemen bearbeitet, die für Sie gerade aktuell sind. Der ElternRat möchte Sie dabei unterstützen, einen liebevollen, bewussten Blick auf die eigene Familie zu entwickeln, um mutig und gestärkt die kleinen und großen Baustellen des Familienalltags anzugehen. Der ElternRat wird in Kitas, Schulen etc. im ganzen Kreis durchgeführt. Sprechen Sie uns an!

kostenfrei

Peggy Großkurth 05651-3377001
Christine Horn, 05651-3377004

Kooperationsveranstaltung mit dem Fachbereich Jugend, Familie, Senioren und Soziales des Werra-Meißner-Kreises.

TANZSTERNCHEN

Tanzgruppe für die Kleinen (4-6 Jahre)

Für kleine Bewegungsfreunde bieten wir Kindergartenkindern eine kreatives und bewegungsreiches Tanzangebot. Mit kleinen, gut lernbaren Choreografien, die speziell auf die Fähigkeiten der Kinder zugeschnitten sind, freuen wir uns darauf, mit den Kindern ihre Freude an Musik und Bewegung zu wecken und auszuleben. Der Kurs wird von jungen Menschen für Kinder geleitet. Bequeme Anziehsachen, Turnschläppchen oder Rutschesocken, Trinken. 9 Termine.

35,00 €

Mi, 15.05.24 16:30 - 17:30 Uhr
Weitere Termine bei bestehendem Interesse auf Anfrage.

Leona Großkurth, Melina Großkurth

MUSIK UND BEWEGUNG

für Kinder von 6-10 Jahren

In diesem Bewegungsangebot können Kinder ihre Freude an Bewegung zu Musik ausleben. Wir horchen und spüren: Ist die Musik traurig oder fröhlich, langsam oder schnell? Dann bewegen wir uns ebenso. Wir schleichen und hüpfen, stampfen, klatschen, drehen uns und noch viel mehr. Wir tanzen mit Tüchern und Ballons, allein, zu zweit und in der gesamten Gruppe. 10 Termine.

25,00 €

Di, 16.01.24 16:00 - 17:00 Uhr
Weitere Termine bei bestehendem Interesse auf Anfrage

"Gerberhaus" im Hof von Aufwind

Ulrike Presch

WIR BAUEN EINE WALDMURMELBAHN

für Kinder ab 6 Jahren

Aus Laub, Ästen, Matsch und mehr werden wir den Leuchtberg in eine Murmelbahn verwandeln. Wir werden zu Ingenieuren, indem wir Rampen und Tunnel einbauen und den Ball zu wilden Sprüngen zwingen.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Mi, 08.05.24 15:00 - 17:30 Uhr

ESW- Parkplatz am Sattel zwischen den Leuchtbergen

Charlotte Döhle

Anzeige

larbig Haustechnik

Heizungsanlagen
Wärmepumpen
Bäder & Installationen

BARRIEREFREI
BAUEN + WOHNEN

Lessingstraße 3
37269 Eschwege
www.feuer-wasser-larbig.de

(05651) 97 98 0

Profitieren Sie von unserer Erfahrung.
Wir beraten gern.

Anzeige

WILHELM
TISCHLEREI
. HANDWERK . DESIGN . LEIDENSCHAFT .
Helgoländer Straße 16 - Eschwege - Tel.: 05651 / 33925-0
WWW.TISCHLEREI-WILHELM.DE

KINDER-FLÖTENKURSE

für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

Die Kinder entwickeln Freude am Musizieren. Es werden erste musikalische Grundbegriffe erlernt, angewandt und vertieft. Falls Ihr Kind noch keine Blockflöte besitzt, achten Sie beim Kauf auf die barocke Griffweise.
Je 10 Termine, à 45 min.

35,00 €

Di, 23.01.24 / Di, 23.04.24 / Di, 03.09.24
15:00 Uhr Anfänger*innen
16:00 Uhr Fortgeschrittene

Marita Perels

KIKO KINDER KOCHEN

für Kinder von 6 - 10 Jahren

Gemeinsam bereiten wir mit wenig Aufwand, einfacher Anleitung und viel Spaß kleine und noch dazu gesunde Leckereien zu. Ist die Speise am Kochen oder Backen, werden wir uns die Zeit mit schönen Geschichten, lustigen Spielen und viel Wissen rund um gesunde Ernährung vertreiben.

12,00 €

Sa, 10.02.24 10:00 - 12:00 Uhr
Sa, 01.06.24 10:00 - 12:00 Uhr
Sa, 16.11.24 10:00 - 12:00 Uhr

Sabrina Schuchhardt

KIBA KINDER BASTELN DURCH DIE JAHRESZEITEN

für Kinder von 6 - 10 Jahren

Schnapp Dir Schere, Stift, Papier und Farben und zaubere daraus etwas Schönes, was gerade zu Frühling, Sommer, Herbst und Winter passt. Viele originelle Ideen erwarten Dich hier in einer gemütlichen und lustigen Bastelumgebung, die Deine Kreativität und Deinen Schöpfergeist wecken.

12,00 €

So, 10.03.24 10:00 - 12:00 Uhr
Sa, 05.10.24 10:00 - 12:00 Uhr
So, 01.12.24 10:00 - 12:00 Uhr

Sabrina Schuchhardt

WEIHNACHTSBÄCKEREI

für Kinder von 6 - 10 Jahren

Wer liebt sie nicht, die selbstgebackenen Weihnachtsplätzchen? Mit tollen Rezepten und der Unterstützung der Kursleiterin ist der Backspaß und das Lernen garantiert.

12,00 € plus Backumlage

Sa, 30.11.24 10:00 - 13:00 Uhr

Anzeige

BIBLIOTHEKSFÜHRERSCHEIN

Ihr seid fünf, sechs oder sieben Jahre alt und wollt spannende Geschichten hören, malen und basteln? Dann kommt zur Bibliotheksführerscheinakademie! Außerdem lernt Ihr, wie Ihr Euch in der Bibliothek zurecht findet.

kostenfrei, verbindliche Anmeldung erforderlich

Mi, 09.10.24 14:30 - 16:00 Uhr

Stadtbibliothek Eschwege

Judith Rode

TEENS YOGA (FÜR MÄDCHEN) 12-16 JAHRE

Teens Yoga unterstützt Euch in der herausfordernden Phase Eures Lebens. Das Yoga vermittelt Fähigkeiten zum Umgang mit Euren Gefühlen, zur Akzeptanz eures Körpers und der Veränderung zur Frau, zum Umgang mit Euch Selbst und Anderen und zum Minimieren von Stress in den verschiedenen Lebenssituationen. Durch Yoga könnt Ihr Eure Körperwahrnehmung stärken und lernt Euren Selbstwert zu schätzen, Eure Gefühle besser

wahrzunehmen und zu regulieren. An 6 Nachmittagen werden verschieden Themen des Yogas an Euch vermittelt. Je 6 Termine.

35,00 €

Fr, 09.02.24 15:30 Uhr - 16:30 Uhr

Fr, 06.09.24 15:30 Uhr - 16:30 Uhr

Mareike Orthwein

BABYSITTER-KOMPAKTKURS

für Jugendliche ab 15 Jahren

Lust auf Babysitten? Am Freitag lernt Ihr in einer dreistündigen Einheit „Erste Hilfe am Kind", wie Ihr bei einem eventuellen Notfall

reagieren müsst. An den beiden Samstagen wollen wir verschiedene Themen praktisch erarbeiten. Die Inhalte erstrecken sich von Säuglingspflege und kindlicher Entwicklung über die zukünftigen Rechte und Pflichten als Babysitter bis hin zu Spielangeboten. Über die erfolgreiche Teilnahme erhaltet Ihr ein „Babysitter-Zertifikat".

40,00 €

Sa, 08.06.24 10:00 - 15:00 Uhr
Fr, 14.06.24 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 15.06.24 10:00 - 15:00 Uhr

Peggy Großkurth

FERIENWORKSHOP – KOCHFÜHRERSCHEIN

für Kinder ab 8 Jahren

Kommt mit auf Entdeckungsreise rund um alles, was mit gutem und gesundem Essen zu tun hat! Mal süß, mal salzig, gerührt, gekocht oder gebacken: Hier seid Ihr die Chefs und zaubert aus verschieden Zutaten fantastische Gerichte. Von Couscoussalat bin hin zur Gemüselasagne werden wir tolle, leckere und gesunde Gerichte zubereiten. Am Ende der Woche sind die Eltern herzlich zum Abschluss-Buffet eingeladen.

50,00 €

Di, 02.04.24 - Fr, 05.04.24 08:00-13:00 Uhr

Dieser Kinder-Kochkurs wird im Rahmen des Projektes „Klimabewusste Enährung für Kinder beim Landfrauenverband Hessen e.V durch das Hessische Ministerium für Umwelt, Klimaschutz, Landwirschaft und Verbraucherschutz gefördert.

FERIENWORKSHOP – GRAFFITI

Die Kunst des Sprühens – Kids ab 10 Jahren

Tauche ein in die aufregende Welt der Straßen-Kunst „Graffiti" und entdecke Deine kreative Seite. In diesem Ferien-Workshop erlernst Du die Kunst des Graffiti-Malens, -Zeichnens und -Sprayens. Entdecke verschiedene Techniken lebe Deine eigene Kreativität aus. Außerdem lernst Du viel über die kulturelle Bedeutung und die Geschichte der Graffiti-Kunst. Durch praktische Übungen, Demonstrationen und individuelles Feedback wirst Du in die Welt der Graffiti-Kunst eingeführt und gemeinsam werden wir ein Kunstwerk erschaffen.

55,00 € inkl. Material

Mo, 08.04.24 - Do, 11.04.24
10:00 - 14:00 Uhr

Tobias Werner

Anzeige

FERIENWORKSHOP – NÄHFÜHRERSCHEIN

für Kinder und Jugendliche ab 9 Jahren

Hier erfährst Du alles rund um die Nähmaschine und die Kunst des Nähens: Wie wird ein Schnittmuster aufgebaut? Was muss man beim Zuschneiden beachten? Wie geht Einfädeln, Spulen, Vorwärts- und Rückwärtsnähen? Für was sind die unterschiedlichen Sticharten geeignet? Was bedeutet Versäubern, Verstürzen, usw.? Und wenn Du am Ende dann stolz Deine eigene selbstgestaltete Tasche in den Händen hältst, dann hat Dich das Nähfieber gepackt. Eigene Nähmaschine, Verpflegung und Getränke bitte mitbringen.

50,00 € plus Materialkosten

Di, 30.07.24 - Fr, 02.08.24
10:00 - 12:30 Uhr

Anke Böttner

KUNSTWOCHE – FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

ab 8 Jahren

Entfaltet eure Kreativität und werdet zu Künstlern! Mit verschiedenen Materialien werdet Ihr tolle und fantasievolle Kunstwerke herstellen:. Zwei Künstlerinnen werden euch bei der Herstellung praktische Tipps geben und euch in den verschiedenen Techniken anleiten. Am Freitag werden Eure Kunstwerke in einer kleinen „Vernissage" präsentiert, zu der Eure Familien, Freunde und Verwandte herzlich eingeladen sind. Verpflegung und Getränke bitte mitbringen.

50,00 € inkl. Material

Mo, 14.10.24 - Do, 17.10.24
von 10:00 - 14:00 Uhr
Fr, 18.10.24
von 10:00 - 16:00 Uhr

Chantal Wiechern und Stella

Anzeige

nvv.de
So reiselustig wie Du:
Das Deutschland-Ticket
vom NVV.
In ganz
Deutschland
im Nahverkehr
unterwegs.
Für nur 49 Euro
im Monat.
NVV

INTERKULTURELLE WOCHE

Die Veranstaltungen zur Interkulturellen Woche sind unter https://www.integrationsnetz-wmk.de/vielfalt-im-wmk zu finden.

MOSAIK – INTERKULTURELLE PATEN

Lernen Sie die Welt von „zu Hause aus" kennen! Menschen verschiedener Herkunftsnationalität unterstützen sich in Alltagsthemen wie z.B. Freizeit, Schule, Formulare, Gesundheit und Beruf. Sie lernen sich gegenseitig und dabei auch eine andere Kultur kennen.

Christina Britsch, 0151-20719413

INTERKULTURELLE ELTERNARBEIT – KULTUR-DOLMETSCHER

Unsere qualifizierten Kulturdolmetscher*innen unterstützen Familien und die Institutionen Kita & Schule, indem sie neben der Sprache auch die kulturellen Unterschiede übersetzen. Sie „kultur-dolmetschen" im Elterngespräch oder beim Elternabend und ermöglichen Gespräche auf Augenhöhe. Dadurch unterstützen Kulturdolmetscher*innen bei der Integration in frühkindliche Bildungssysteme. Des Weiteren können sie für kleine kulturelle Info-Beiträge oder Projekte im Team angefragt werden. Das Übersetzen ist für die Familie und Institution kostenfrei.

Der Einsatz von Kulturdolmetscher*innen kann von Eltern selbst, Kitas oder Schulen bei uns angefragt werden.

Ainaz Basanjideh, 05651-3377010
Julia Schalrbaum, 05651-3377019

In Kooperation mit dem Fachbereich Jugend, Familie, Senioren und Soziales des Werra-Meißner-Kreises.

ARBEITSMARKTINTEGRATION „LET'S WORK"

Frauen mit Flucht- oder Migrationshintergrund werden in neun Monaten auf den deutschen Arbeitsmarkt vorbereitet und können u.a. durch Hospitations- und Praktikumserfahrungen realistische Eindrücke sammeln und kleinschrittige, individuelle Wege in die Berufstätigkeit entwickeln. Während die Mütter im Kurs lernen, werden die Kinder im Haus von geschultem Personal betreut.

Ainaz Basanjideh, 0157-33276042
Christina Britsch, 0151-20719413

In Kooperation mit dem Fachbereich 4, und dem Fachbereich 3.3 (Ausländerbehörde) des Werra-Meißner-Kreises, der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter Werra-Meißner.

DIE TOLLE KNOLLE – INTERNATIONALE KARTOFFELGERICHTE

Nach internationalen Rezepten gemeinsam vegetarisch kochen und essen. Vorbeikommen, mitmachen und genießen! Mit Rezepten aus: Ukraine, Eritrea und Litauen. ...mit Kinderbetreuung.

kostenfrei

Ukraine: 11.01.24
Eritrea: 08.02.24
Litauen: 14.03.24
jeweils von 16:00 - 18:00 Uhr

Dagmar Quentin, Christina Britsch

Anzeige

Anzeige

E-Rezept?
Bei uns einlösen!
Einfach. Sicher. Persönlich.

LÖWEN Apotheke
innovativ · modern · kompetent
Am Bahnhof 11 · 37269 Eschwege
Telefon 05651 31263 · Telefax 05651 754277
info@loewen-apotheke-eschwege.de

MEISSNER Apotheke
bewährt · zuverlässig · erfahren
Steinweg 59 · 37290 Meißner-Abterode
Telefon 05657 232 · Telefax 05657 91112
info@apotheke-meissner-abterode.de

...ganz persönlich – mit Rat und Tat
MEISSNER Apotheke
LÖWEN Apotheke
Dr. Joachim Kirch e.K.
www.kirch-apotheken-werra-meissner.de

KREISTANZ-TANZKREIS

Musik und Tanz: Diese Kombination schafft ideale Voraussetzungen, dem Körper, dem Geist und der Seele Gutes zu tun. Tanzen bildet und fördert unter anderem die Sinne, die Gemeinschaft und das Selbstbewusstsein. Tanzen macht Spaß. Je 6 Termine, 14- tätig à 1,5 Stunden.

24,00 €
Di, 16.01.24 19:30 - 21:00 Uhr
Di, 23.04.24 19:30 - 21:00 Uhr
Di, 27.08.23 19:30 - 21:00 Uhr
Am Baumesrain 8, Eschwege
Tamara Tschöpe

YOGA UND MEDITATION

Wir praktizieren Übungen (Hatha Yoga Stellungen), um zur Ruhe zu kommen und den Alltag hinter uns zu lassen. Der Körper entspannt, wir nehmen ihn bewusst wahr und der Kopf wird frei. Diese Übungen zur Entspannung und Kräftigung werden in einer achtsamen Atmosphäre, auf Grundlage des Sonnengrußes, durchgeführt. Bitte bring Dir warme Socken, ein Handtuch sowie eine kleine Decke mit. Je 8 Termine.

68,00 €
Di, 30.01.24 17:30 - 19:00 Uhr
Di, 23.04.24 17:30 - 19:00 Uhr
Bei bestehendem Interesse sind Folgekurse angedacht.
Jürgen Fesch

TANZ DES LEBENS

Spielerische Übungen und rhythmisches Gehen zu unterschiedlicher Musik lassen uns in unserem Körper ankommen und unsere Bewegungsfreiheit aufleben. Wir nehmen rhythmische und emotionale Qualitäten der Musik wahr und setzen sie in unserem ganz persönlichen Körperausdruck um. Dabei gibt es keine Fehler und keinen Zwang – wir lassen los und schauen was sich ereignet. 5 Termine, 14- tätig à 1,5 Stunden.

25,00 €
ab Mi, 24.01.24 19:00 - 20:30 Uhr
Bei bestehendem Interesse weitere Termine auf Anfrage
"Gerberhaus" im Hof von Aufwind
Ulrike Presch

Anzeige

BKK WERRA-MEISSNER

KOSTENFREIER VITAL-CHECK

JETZT TERMIN VEREINBAREN!

Der kostenfreie Vital-Check gibt Ihnen als unser/e Versicherte/r Aufschluss über Ihren Ernährungs- und Gesundheitszustand.

Lassen Sie sich im Anschluss durch unsere Oecotrophologin sowie Diätassistentin Luisa Schmidt in Bezug zu Ihrem aktuellen Ernährungsverhalten beraten und nehmen Sie sich direkt praktische Tipps für Ihren Alltag mit. Mit diesem Test werden unter anderem der Anteil von Körperwasser-, Körperfett- und Muskelanteil gemessen.

Für das RUNDUM GESUND Gefühl

Was genau ist unser Vital-Check?

https://www.bkk-werra-meissner.de/rundum-gesund/gesunde-ernaehrung/

VEREINBAREN SIE GLEICH EINEN TERMIN!

LUISA SCHMIDT

05651 7451-617

luisa.schmidt@bkk-wm.de

KLANGSCHALEN

zum Kennenlernen

Erfahren Sie in diesem Seminar über die harmonisierende Wirkung der Klangschalen auf den gesamten Organismus. Durch die doppelte Wahrnehmung über den Hör- und den Tastsinn, als akustischer Wohlklang und vibrationaler Reiz für Körper und Gehirn, führt die Anwendung der Klangschalen zu einer Tiefenentspannung. Ein ganzheitliches Erlebnis, das lange nachwirkt und eine innere Entspannung für Herausforderungen im Beruf und Alltag fördert! Bitte eine Decke, ein kleines Kissen, bequeme Kleidung, Socken und ggf. eigene Schalen mitbringen

17,00 €

Sa, 27.01.24 15:00 - 18:00 Uhr
Sa, 07.09.24 15:00 - 18:00 Uhr

Marion Feld

PROGRESSIVE MUSKELENTSPANNUNG NACH JACOBSEN®

Die Progressive Muskelentspannung (PM) gehört zu den wirksamsten und leicht erlernbaren Entspannungsübungsverfahren. Sie wird prophylaktisch zum Stressausgleich, bei körperlichen und psychischen Belastungen, Nervosität, innerer Anspannung u.v.m. angewandt und empfohlen. Das Prinzip beruht darauf, die Wahrnehmung auf die körperlichen Empfindungen bei Anspannung und Entspannung zu legen und sich deren bewusst zu werden. Die leicht erlernbaren Übungen können im Alltag selbstständig durchgeführt werden. Je 8 Termine à 90 min.

68,00 €

Fr, 02.02.24 17:00 - 18:30 Uhr
(6 Termine 52,00 €)
Fr, 19.04.24 17:00 - 18:30 Uhr
Fr, 06.09.24 17:00 - 18:30 Uhr

Angela Fricke

TIPP:

Schenken Sie Freude – und engagieren Sie sich in einem unserer Patenprojekte!

AYURVEDA

für jeden Tag

Ayurveda ist die seit ca. 3.000 Jahren, praktizierte Lebensphilosophie bzw. Naturmedizin aus Indien und bedeutet übersetzt: "Die Wissenschaft vom Langen Leben". Die Vorbeugung von Krankheiten und die Stärkung der Selbstheilungskräfte sind die Ziele dieser alten indischen Gesundheitslehre. Ayurveda hilft Erkrankungen zu mildern und vor allem neuen Erkrankungen vorzubeugen. In diesem Vortrag erlernen Sie die Bedeutung der drei wichtigsten Körperenergien: Vata – Pitta – Kapha und wie Sie mit der Auswahl von Lebensmitteln, Gewürzen, Düften und Farben sowie einfachen Ritualen im Alltag gesund und vital bis ins hohe Alter bleiben.

15,00 €

Sa, 03.02.24 10:00 - 13:30 Uhr
Sa, 14.09.24 10:00 - 13:30 Uhr
inkl. Pause und Ayurvedatee-Verkostung

Simone Schneidmüller

SCHNUPPER KLANG-TREFF

Sie wollten schon längst einmal die vielfältigen Einsatzmöglichkeiten von Klangschalen ausprobieren? Oder Sie haben bereits Erfahrungen mit den klingenden „goldenen" Schalen und würden gerne Ihre Kenntnisse vertiefen und mit anderen teilen? Vielleicht besitzen Sie sogar selbst eine Schale und möchten diese in Gemeinschaft zum Klingen bringen. Beim Klang-Treff können Sie einfach genießen und sich verwöhnen lassen oder ihn aktiv (mit-)gestalten. Nutzen Sie die Gelegenheit, Abstand vom Alltag zu erlangen und gönnen Sie sich eine entspannende und wohltuende „Klang-Pause". Bitte Decke, kleines Kissen, Socken, bequeme Kleidung und ggf. eigene Schalen mitbringen. Je 2 Termine.

30,00 €

Mo, 05.02.24 + 19.02.24 17:30 - 19:00 Uhr
Mo, 16.09.24 + 30.09.24 17:30 - 19:30 Uhr

Marion Feld

GYMNASTIK IM SITZEN UND STEHEN

Es gilt, in jedem Alter in Bewegung zu bleiben. Körperliche Aktivität steigert nachhaltig das Wohlbefinden und kann dazu beitragen, selbstständig und mobil zu bleiben. Erlernen Sie in diesem Kurs eine sanfte Sportvariante, bei der die Bewegungen teilweise im Sitzen und teilweise im Stehen durchgeführt werden. Es kostet also weniger Kraft, entlastet die Gelenke, überfordert nicht das Gleichgewicht und kann nachhaltig sehr gut in Ihren Alltag eingebunden werden.

57,00 € (10 Termine)
34,00 € (6 Termine)

Mi, 07.02.24 15:30 - 16:30 Uhr
(10 Termine)
Mi,17.04.24 15:00 - 16:00 Uhr
(10 Termine)
Mi 11.09.24 15:30 - 16:30 Uhr
(6 Termine)
Mi, 23.10.24 15:00 - 16:00 Uhr
(6 Termine)

Ursula Schmidt

GESUNDER WERRA-MEIßNER-KREIS

Dieses Angebot wird in Kooperation mit dem Gesunden Werra-Meißner-Kreis durchgeführt.

Anzeige

GEMEINSAM DURCH DIE FASTENZEIT

Einmal eine gewisse Zeit komplett auf Süßes, Fastfood, Alkohol o. ä. verzichten oder bestimmte Gewohnheiten durchbrechen (z. B. weniger Mediennutzung) ist eine Herausforderung. Anstelle von Verzicht ist aber auch ein anderes Vorgehen denkbar: tägliche Bewegungseinheiten, positive Gedanken, gute Taten oder andere persönliche Ziele. Dies sechs Wochen lang durchzuhalten, gelingt besser in Gemeinschaft und durch gegenseitige Ermutigung und Unterstützung. Die Belohnung für unsere mehrwöchige Selbstdisziplin ist neben dem Stolz auf die eigene Standhaftigkeit auch die Nachhaltigkeit, die das eingeübte mentale Training bewirken kann. Am ersten Abend definieren wir unsere jeweiligen Fastenziele, besprechen mögliche Durchhaltestrategien und legen Termine für drei weitere Treffen fest. 4 Termine.

30,00 €
Fr, 09.02.24 18:00 - 19:30 Uhr
Marion Feld

GEMEINSAM KOCHEN FÜR MÄNNER

Gesund und lecker

Sie leben allein und möchten nicht ständig nur für sich selbst kochen. Oder stehen plötzlich vor der Herausforderung, für sich selbst kochen zu müssen und haben keinen richtigen Plan was und wie es richtig geht? Oder wollen einfach kochen lernen? Für alle, die noch etwas Nachhilfe in der Küche brauchen, ist unser Männer-Kochkurs die optimale Gelegenheit, um sich mehr Kochfertigkeiten anzueignen. Auch ohne Vorkenntnisse und Erfahrung werden Sie lernen, wie man schnell und unkompliziert ein leckeres und gesundes Gericht auf den Tisch bringt und wie man sich mit ein bisschen Koch- und Einkaufsplanung eine ganze Woche mit schnellen und gesunden Gerichten versorgen kann. Mit Gleichgesinnten werden verschiedene Gerichte zubereitet und anschließend wird in gemütlicher Runde gemeinsam gegessen. Alle Rezepte und Techniken werden ausführlich erklärt, besprochen und veranschaulicht. Je 3 Termine.

50,00 €
Mo, 12.02., 19.02., und 26.02.24
von 16:30 - 19:30 Uhr
Sa, 28.09., 05.10., und 12.10.24
von 11:00 - 14:00 Uhr
Tina Hildebrandt

GESUNDER WERRA-MEIßNER-KREIS

Dieses Angebot wird in Kooperation mit dem Gesunden Werra-Meißner-Kreis durchgeführt.

AUTOGENES TRAINING

Bei diesem klassischen Entspannungsverfahren des autogenen Trainings lernen Sie, sich in der Hetze des Alltags Entspannungsphasen zu schaffen, aus denen Sie Kraft, innere Ruhe und Ausgeglichenheit schöpfen können. Nervosität, Schlaflosigkeit und Ängste lassen sich auf diese Weise positiv beeinflussen. Ziel ist es zu lernen, im Alltag natürlicher und bewusster mit dem eigenen Körper umzugehen. Bitte eine Decke und ein Kissen mitbringen. 6 Termine.

34,00 €

Do, 15.02.2023 18:30 - 19:30 Uhr
Bei bestehendem Interesse sind Folgekurse angedacht.

Ruth Beyer

REIKI UND KLANG

Lernen Sie in diesem Seminar die heilende Wirkung der Hände in Kombination mit tiefenentspannenden Klängen kennen. Wir aktivieren auf natürliche Weise unsere Selbstheilungskräfte, steigern unser Wohlbefinden und bringen Körper, Geist und Seele in Einklang. Bitte Decke, kl. Kissen, Socken und bequeme Kleidung mitbringen.

30,00 €

Sa, 17.02.24 15:00 - 18:00 Uhr
Sa, 09.11.24 15:00 - 18:00 Uhr

Marion Feld, Bärbel Hering

Mehrwert statt Einweg – kostenloser Geschirrverleih!

Sie planen ein privates Fest, eine Vereinsfeier oder ein größeres Picknick un dbaruchen noch Geschirr?

Als Alternative zum Einweggeschirr und -besteck können Sie bei uns kostenlos bunt zusammengestellte Teller, Tassen, Besteck und Gläser ausleihen.

Kontakt:
FBS-MGH Werra-Meißner
05651-3377001

RESPECTARE® FÜR SENIOREN

Achtsame und respektvolle Berührung

Lernen Sie kleine Einheiten der respektvollen Handberührung kennen und gehen sie mit mir auf Entspannungsreisen. Das Angebot ist für jeden geeignet, der gern in Gesellschaft mit einer Freundin einem Freund oder mit neuen Menschen einen gemütlichen Nachmittag verbringen möchte. Bitte bringen Sie ein kleines Kissen und eine kleine Decke mit. Je 3 Termine.

17,00 €

Di, 05.03.24 15:30 -16:30 Uhr
Di, 04.06.24 15:30 -16:30 Uhr

Bei bestehendem Interesse weitere Termine auf Anfrage.

Angela Fricke

UNKLARE BAUCHBESCHWERDEN

Woher kommt das Krummeln?

Es zwickt und gluckert im Bauch und Sie fühlen sich aufgeblasen wie ein Luftballon!? An manchen Tagen sind Sie heilfroh, sich nicht allzu weit weg von einer Toilette zu bewegen?! Was könnte hinter solch lästigen Bauchbeschwerdenjstecken? Ernährungsberaterin Tina Hildebrandt gibt einen Überblick über die häufigsten Ursachen von Verdauungsproblemen, mit welcher Diagnostik man diese erkennen kann und welche Möglichkeiten es gibt, die Verdauung zu regulieren und wieder Ruhe in den Bauch zu bringen.

8,00 €

Mi, 20.03.24 18:00 - 19:30 Uhr

Tina Hildebrandt

MIT SONNE UND MOND DURCH DAS JAHR

Jahresgruppe

Die beiden „Lichter" Sonne und Mond kann man täglich am Himmel beobachten. Ihr Lauf verändert sich mit den Jahreszeiten. Dieser Kurs soll dir erklären und dabei helfen, wo und wie genau Sonne und Mond Einfluss auf uns unsere Motivation und Gefühle nehmen können, wie wir dies erkennen und unterscheiden lernen. Die Astrologie ist eine Erfahrungswissenschaft, deren Beobachtungen

von Astrologen seit Jahrtausenden akribisch aufgeschrieben wird, um Menschen darin zu beraten wie sie die Kraft und den Einfluss der Sterne für sich nutzen können.

Die Jahres Gruppe trifft sich dieses Jahr zu 4 Terminen um folgende Astrologische Inhalte gemeinsam zu besprechen:

1) Sonne und Mond in den 12 Sternzeichen
2) Sonne und Mond in den einzelnen „Häusern"
3) Sonne und Mond in Verbindung mit anderen Planeten – Aspektlehre
4) Gemeinsames Analysieren und Austausch des eigenen Horoskops mit Fokus auf Sonne und Mond

5) Sonnen- und Mondfinsternisse und ihre Bedeutung für den Menschen
6) Die Mondknotenachse und ihre Bedeutung für die Menschen

88,00 €

Sa, 23.03.24 10:00 - 13:30 Uhr
Sa, 15.06.24 10:00 - 13:30 Uhr
Sa, 31.08.24 10:00 - 13:30 Uhr
Sa, 30.11.24 10:00 - 13:30 Uhr

weitere Termine/Treffen werden innerhalb der Gruppe abgestimmt.

Simone Schneidmüller

QIGONG

Mit „Wohlspannung" in den Tag

Qigong ist ein wichtiger Bestandteil der traditionellen chinesischen Medizin und eignet sich sehr gut, um die eigene innere Ruhe wiederzufinden, die eigene Gesundheit zu stärken, Konzentration zu fördern und die Körpermitte zu stabilisieren. Mit sanften Übungen im Stehen und mit ruhigem Atem verbessern wir die Beweglichkeit unserer Wirbelsäule und Gelenke und stärken unsere Körpermitte. Wir trainieren eine bessere Wahrnehmung unseres Körpers und seiner Empfindungen. Qigong tut gut, entspannt Körper, Geist und Seele und verbessert somit unsere Lebensqualität!
8 Termine.

56,00 €

Di, 16.04.24 10:00 - 11:15 Uhr

Bei bestehendem Interesse weitere Termine auf Anfrage.

Ulrike Bock

TIPP:

Geschenke Tisch
Kennen Sie unseren „Geschenke Tisch" für gut erhaltene Dinge, die Sie nicht mehr brauchen? Schauen Sie zum Stöbern vorbei!

DIE HITZEWELLE ROLLT AN ...

Wechseljahresbeschwerden

Wie können Sie Wechseljahresbeschwerden naturheilkundlich lindern und mildern? An diesem Abend erfahren Sie, wie Sie Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren können, um entspannt und harmonisch durch die Wechseljahre zu kommen.

8,00 €

Mi, 12.06.24 18:00 - 19:30 Uhr

Diana Wieditz

FUSSGYMNASTIK UND MEHR

Wir schenken unseren Füßen meist erst dann Aufmerksamkeit, wenn sie uns Probleme bereiten. Gerade wenn Sie beruflich und im Familienalltag viel „auf den Füßen" sind, ist es gut, unsere Füße mal richtig zu verwöhnen und zu aktivieren. Wir lernen einfache Tipps für Zuhause, die eine langfristige Aktivierung ermöglichen.

12,00 €
Sa, 12.10.24 14:00 - 16:00 Uhr
Anja Heinrich

PERSISCHE SPEZIALITÄT KHORESHT-E GHEYMEH – KALBRAGOUT MIT LIMETTEN

Ein Klassiker und eines der beliebtesten Gerichte der Iraner*innen!

Khoresht-e Gheyme ist ein leckeres Ragout, bei dem die Mischung aus zartem Kalbfleisch, leicht sauren Limetten und einer feinen Zimtnote ein ganz besonderes Aroma zaubern. Die Zubereitung im Vergleich zu anderen persischen Gerichten geht relativ schnell. Bei dem authentischen Gheymeh stellen die dünnen Kartoffelstifte ein geschmackliches Highlight dar.

20,00 € plus Kochumlage
Sa, 25.05.24 10:00 - 14:00 Uhr
Haleh Omidi

DIE VEGGIE-KÜCHE

Genussvoll vegetarisch und vegan essen

Vegetarisch und vegan essen ist aktiver Klimaschutz! Wie vielseitig und gesund diese Küche sein kann, werden Sie an diesem Abend erlernen und ausprobieren. Wir kochen ausgefallene Gerichte ohne viel Aufwand und zum Nachahmen. Lassen Sie sich von neuen Rezeptideen inspirieren.

20,00 € plus Kochumlage
Mi, 09.10.24 17:30 - 20:30 Uhr
Tina Hildebrandt

PRALINENWERKSTATT

Sie möchten wissen, wie Sie die kleinen Köstlichkeiten relativ leicht, möglichst zuckerarm und mit fair gehandelten Produkten selbst herstellen können? Dann sind Sie in diesem Kurs genau richtig, denn hier werden Sie an die Basics des Pralinenhandwerks herangeführt. Mit wenig Aufwand stellen Sie Ihre individuellen Kreationen selbst her, die Sie auch Zuhause jederzeit zubereiten können.

25,00 € plus Backumlage
Mi, 13.11.24 17:30 - 21:30 Uhr
Tina Hildebrandt

Anzeige

www.persch-die-kueche.de
Treffpunkt Küche!
Peter Persch
... die Küche!
Donnershag 4 · Sontra · Telefon (05653) 91949-0

BLOCKFLÖTENENSEMBLE

Mit Blockflöten unterschiedlicher Stimmung musizieren wir mittelschwere Kompositionen aus verschiedenen Epochen – Klassisches und auch mal Ragtime oder Swing. In der Vorweihnachtszeit liegt der Schwerpunkt bei weihnachtlicher Musik.

kostenfrei
Termine in Absprache mit Kursleitung
Marita Perels

BLOCKFLÖTENKURS

für Erwachsene

Wollen Sie sich musikalisch entfalten? Gemeinsam Spaß am Musizieren haben? Egal, ob Sie noch nie eine Flöte in der Hand hatten, vor langer Zeit das letzte Mal gespielt haben oder welche Art Flöte Sie spielen – fühlen Sie sich ganz herzlich eingeladen! Hier wird Ihr Wissen aufgebaut und weiterentwickelt. Die Termine werden in der Gruppe festgelegt und können bei Bedarf auf einen anderen Wochentag verschoben werden. Je 10 Termine.

47,00 €
Mo, 15.01.24 20:00-21:00 Uhr
Mo, 15.04.24 20:00-21:00 Uhr
Mo, 28.08.24 20:00-21:00 Uhr
Marita Perels

NÄHTREFF

für Anfänger*innen

Sie haben noch nie genäht? Lernen Sie mit fachkundiger Hilfe und Beratung Schritt für Schritt die Grundlagen der Nähmaschine und des Nähens kennen. Unter Anleitung nähen Sie ein einfaches Kleidungsstück und am Ende des Kurses nehmen Sie Ihr selbstgenähtes Unikat mit nach Hause. Bitte bringen Sie Ihre Nähmaschine mit. Je 5 Termine, 14-tägig 2,5 Std.

50,00 €
Beginn: 25.01.24 19:00 - 21:30 Uhr
Beginn: 25.04.24 19:00 - 21:30 Uhr
Beginn: 05.09.24 19:00 - 21:30 Uhr
Anke Böttner

NÄHTREFF

für Fortgeschrittene

Haben Sie Lust auf etwas Neues? Sind Sie kreativ? Dann besuchen Sie unseren Nähtreff!! In lockerer Atmosphäre können Sie mit Unterstützung und unter Anleitung der Kursleiterin das Nähen von Kleidung nach Ihrer Wahl erlernen und anfertigen. Neuanmeldungen werden berücksichtigt, wenn Plätze frei sind. Je 10 Termine.

100,00 €
Mo, 22.01.24 19:00 - 21:30 Uhr
Mo, 23.04.24 19:00 - 21:30 Uhr
Mo, 02.09.24 19:00 - 21:30 Uhr
Anke Böttner

FACHBERATUNG FÜR FRAUEN

Wir beraten, unterstützen und informieren Frauen in belastenden Lebenssituationen, z.B. Beziehungskrisen, Trennung und Scheidung, häusliche Gewalt und weitere Formen von Gewalt sowie Stalking und Mobbing. In gemeinsamen Gesprächen mit uns können Sie Ihr Anliegen klären und die für Sie passende Lösung finden. Dabei bestimmen Sie den Prozess. Wir unterstützen – bei Bedarf – die Anbindung an andere Beratungsstellen. Die Beratung ist kostenlos, auf Wunsch anonym und unterliegt der Schweigepflicht.

TERMINVEREINBARUNG

Telefonisch: 05651- 47989 55, mittwochs 9-12 Uhr
oder Sie nutzen unseren Anrufbeantworter, wir melden uns zeitnah bei Ihnen.

Email: beratung@fbs-werra-meissner.de

Ort: 37269 Eschwege, Hospitalplatz 1-3 oder nach Vereinbarung

WIR BIETEN

- Beratung
- Angebote zur Prävention
- Öffentlichkeitsarbeit
- Interventionsstelle gegen häusliche Gewalt

TIPP:

Wir sind für Sie da
Wir beraten Sie gerne über Hilfs- und Förderangebote für Familien in Beratungsstellen, Vereinen, Verbänden und Institutionen.

Rufen Sie uns während unserer Bürozeit an oder kommen Sie zu uns.

GUT ZU WISSEN

KINDERTAGESPFLEGE

- ist eine gesetzlich anerkannte Betreuungsform
- ist neben der Tagesbetreuung in Kitas/Krippen ein gleichrangiges Betreuungsangebot
- findet in der Regel im Haushalt der Kindertagespflegeperson, in kleinen Gruppen, statt
- kostet in der Betreuung nicht mehr als ein Krippenplatz

KINDERBETREUUNG – KINDERTAGESPFLEGE IM WMK

KINDERTAGESPFLEGEPERSONEN

- bieten eine familiennahe und individuelle Betreuung für Ihr Kind an
- haben eine bundesweit anerkannte Qualifizierung
- besitzen die Erlaubnis zur Kindertagespflege vom Fachdienst Kindertagesbetreuung und Aufsicht des Werra-Meißner-Kreises
- nehmen regelmäßig an Fortbildungen teil
- haben einen gesetzlichen Bildungs- und Förderauftrag für Ihr Kind

WENN SIE EINEN BETREUUNGSPLATZ SUCHEN…

- melden Sie sich telefonisch, schriftlich oder persönlich im Büro der Fachberatung Kindertagespflege
- unterstützen wir Sie bei der Suche und beantworten gerne Ihre Fragen

In Kooperation mit dem Fachbereich Jugend, Familie, Senioren und Soziales des Werra-Meißner-Kreises

SIE KÖNNEN KINDERTAGESPFLEGEPERSON WERDEN, WENN SIE …

- Freude im kontinuierlichen Umgang mit Kindern und Eltern haben
- gesund und belastbar sind
- über Wohnraum mit Spiel- und Bewegungsmöglichkeiten für Kinder verfügen
- mind. einen Hauptschulabschluss besitzen
- an der jährlich stattfindenden Qualifizierung teilnehmen
- offen sind für Fragen rund um die Betreuung von kleinen Kindern

BEGINN DER NACHSTEN QUALIFIZIERUNG: JANUAR 2024

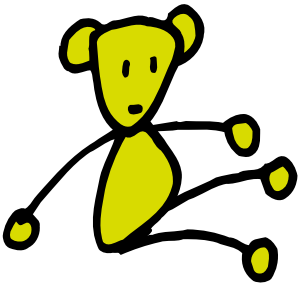
WIR ...

- informieren und beraten Sie in allen Fragen rund um die Betreuung ihres Kindes in der Kindertagespflege
- übernehmen die Vermittlung an eine Kindertagespflegestelle
- qualifizieren nach dem Curriculum des Deutschen Jugenddienstes (DJI), um auf die Tätigkeit als Kindertagespflegeperson vorbereitet zu sein
- entwickeln jährlich neue Fortbildungsangebote für Kindertagespflegepersonen

KONTAKT

Ev. Familienbildungsstätte Werra-Meißner
Fachberatung Kindertagespflege

Diana Osterburg, Christina Manegold, Lucia Schäfer
kindertagespflege@fbs-werra-meissner.de
www.kindertagespflege-wmk.de



Eschwege

Nikolaiplatz 13, 37269 Eschwege
Mo bis Fr 9:00 - 12:00 Uhr
Mo 16:00 - 18:00 Uhr
In den Ferien keine Sprechzeit am Nachmittag.
05651-3377003

Witzenhausen

Generationentreff Witzenhausen, Industriestr. 3, 37213 Witzenhausen
Mo 16:00 - 18:00 Uhr
In den Ferien findet keine Sprechzeit statt.
05651-3377017

Werra-Meißner-Kreis
Fachbereich Jugend und Familie
Aufsicht und Koordination

Carmen Goldmann-Schlegel
05651-30254402

Folgen Sie uns gerne auf unserer Homepage oder auf instagram

FAMILIENHEBAMMEN UND -KINDERKRANKENSCHWESTERN IM WERRA-MEISSNER-KREIS

Sie erwarten ein Kind? Unsere Fachkräfte sind für Sie da:

- sie unterstützen beim Aufbau Ihrer Beziehung zu Ihrem Kind,
- sie haben ein offenes Ohr für Ihre Ängste und Unsicherheiten oder wenn andere Sorgen Ihr Leben belasten,
- sie informieren Sie über alle wichtigen Anlaufstellen für Schwangere und junge Familien,
- sie vermitteln bei Bedarf weitere Hilfen.

Die Familienhebamme bzw. die Familien-Kinderkrankenschwester hat die gesamte Familie im Blick und unterstützt vertrauensvoll und praktisch bei der Gestaltung eines positiven und stabilen Lebensumfeldes. Sie begleitet Sie bei Bedarf bereits in der Schwangerschaft – zur Vorbereitung auf das Leben mit dem Baby – und wenn gewünscht bis zum ersten Geburtstag des Kindes.

Die Familienhebammen und Familien-Kinderkrankenschwestern unterliegen der Schweigepflicht. Die Leistungen sind kostenfrei!

Ev. Familienbildungsstätte-Mehrgenerationenhaus

05651-3377014

Koordination der Frühen Hilfen im Werra-Meißner-Kreis

05651-30254401

Ein Angebot der Frühen Hilfen des Werra-Meißner-Kreises in enger Kooperation mit der Ev. Familienbildungsstätte.

PATENANGEBOTE

Schenken Sie Freude – und engagieren Sie sich in einem unserer Patenprojekte! Die Koordinatorinnen unserer Patenangebote stehen Ihnen zur Seite, vermitteln Einsatzstellen, bieten Qualifizierungen und Austausch. Wir freuen uns auf Sie!

Sie möchten gerne Kontakt mit einem Paten/einer Patin? Sprechen Sie uns an!

IMPULSPATENSCHAFTEN

Finden Sie bei 3 Treffen heraus, ob Ihnen gemeinsame Spaziergänge oder andere Unterstützungen Freude machen.

Christine Horn, 0157-74360061

MOSAIK – INTERKULTURELLE PATEN

Lernen Sie die Welt von „zu Hause aus" kennen! Menschen verschiedener Herkunftsnationalität unterstützen sich in Alltagsthemen wie z.B. Freizeit, Schule, Formulare, Gesundheit und Beruf. Sie lernen sich gegenseitig und dabei auch eine andere Kultur kennen.

Christina Britsch, 0151-20719413

PINGUIN – UNTERSTÜTZUNG FÜR FAMILIEN

Paten unterstützen Familien praktisch und unbürokratisch. Sie schenken Zeit und Aufmerksamkeit. Sei es in der Zeit nach der Geburt eines Babys oder später, wenn die Kinder schon in den Kindergarten gehen.

Christine Horn, 0157-74360061

VORLESEPATEN

Lesen macht nicht nur unglaublich viel Freude, sondern ist wichtiger Bestandteil einer gesunden Entwicklung und erhöht die Lebensqualität – in jedem Alter. Vorlesepaten lesen in Kitas, Schulen, Seniorenheimen und Familien.

Christine Horn, 0157-74360061

AKTIVIERENDER HAUSBESUCH

Bewegungspaten unterstützen Senioren/Seniorinnen mit einfachen Bewegungsübungen zu Hause. Sie nehmen sich Zeit für Gespräche, damit die Besuchten körperlich und geistig mobil bleiben.

Eschwege:
Siegrid Bommhardt, 05651-3377018

Witzenhausen:
Christiane Kriegsmann, 05542-5400

Hessisch Lichtenau:
Birgit Simon, 0176-57681988

FREIWILLIGE SENIOREN- UND DEMENZBEGLEITUNG

Seniorenbegleiter/-begleiterinnen unterstützen ältere Menschen im Alltag: Vorlesen, Zuhören, Spazierengehen, Arztbesuche und mehr. Vorbereitet mit einer besonderen Schulung kann die Begleitung auch bei demenziell erkrankten Personen übernommen werden.

Siegrid Bommhardt, Annette Koch,
05651-3377018

OMNIBUS
die Freiwilligenagentur

SIE WOLLEN SICH FREIWILLIG ENGAGIEREN?

Omnibus – die Freiwilligenagentur unterstützt Sie bei der Suche nach einem geeigneten Betätigungsfeld!

BEI UNS SIND SIE RICHTIG, WENN SIE

- ein freiwilliges Engagement im Werra-Meißner-Kreis suchen.
- als gemeinnützige Organisation Freiwillige gewinnen und qualifizieren möchten.

WIR BIETEN IHNEN

- Beratung und Information über Möglichkeiten sich zu engagieren.
- Fortbildung und Beratung zu unterschiedlichen Themen.
- Einen regelmäßig erscheinenden Newsletter.

KONTAKT

Kathrin Beyer, Andrea Eckardt
Nikolaiplatz 13, 37269 Eschwege

05651 3332424

omnibus@fbs-werra-meissner.de

Mo bis Fr von 9:00 Uhr bis 12:00 Uhr
Mo 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr

NUTZEN SIE UNSERE ONLINE-ENGAGEMENTSUCHE UNTER:

www.freiwilligenagentur-wmk.de

facebook: https://de-de.facebook.com/Ehrenamtsengagement/

WIR BERATEN SIE GERN!

Für die Förderung von Omnibus – die Freiwilligenagentur bedanken wir uns bei der Sparkasse Werra-Meißner und ihrer Stiftung GUTes bewahren – ZUKUNFT gestalten.

AUSGEWÄHLTE MITMACH-ANGEBOTE UND INFORMATIONEN

REPAIR CAFÉ ESCHWEGE

Repair Café
Reparieren in Eschwege Wegwerfen? Denkste!

Im Repair Café wird das Reparieren als Alternative zum Wegwerfen neu entdeckt! Das Repair-Café öffnet **jeden 1. Samstag im Monat seine Türen im Tagwerk, Marktplatz 20 in der Zeit von 10:00 Uhr - 13:00 Uhr.** Interessierte können mit ihren kaputten Gegenständen kommen, um sie vor Ort gemeinsam mit ehrenamtlichen Reparateur*innen wieder in Ordnung zu bringen.

FREIWILLIGENTAG 2024

Am 21. September 2024 findet der 17. kreisweite Freiwilligentag in unseren Städten und Dörfern statt. Sie möchten mitmachen? Dann informieren Sie sich über die geplanten Aktionen.

EIN KREIS
EIN TAG

ENGAGEMENTFÖRDERUNG IM KIRCHENKREIS

Gemeinde lebt vom Miteinander und von Menschen, die sich mit ihren Gaben in die Gemeinde einbringen – ganz klassisch im Kindergottesdienst, bei Gemeindefesten, im Besuchsdienst oder in der Mitgestaltung von Gottesdiensten und der Mitarbeit im Kirchenvorstand, aber auch ganz anders – da, wo jemand mit seinem Interesse das Gemeindeleben mitgestalten möchte und in Zusammenarbeit mit den anderen – Ortsbeiräte, Vereine, Initiativen, Einrichtungen uvm. Engagement bringt uns miteinander in Kontakt, schafft Begegnung und bietet den Raum für sinnerfülltes Tun. Wie gut ist es, wenn wir diesen Schatz pflegen!

Wir unterstützen, wenn es darum geht ...

- ein Projekt oder eine Idee voranzubringen
- Freiwilliges Engagement weiterzuentwickeln oder eine Freiwilligenkoordination einzuführen.

Wir bieten

- Seminare/Workshops zu verschiedenen Themen rund um Engagement und Ehrenamt.

Sie haben Interesse, sich mit ihrer Kirchengemeinde auf den Weg zu machen?
Dann sprechen Sie uns an.

FORTBILDUNG UND QUALIFIZIERUNG

Mit den Angeboten zur Fortbildung, welche wir in Zusammenarbeit mit weiteren Bildungsträgern anbieten, unterstützen wir Sie in Ihrem Engagement.

DAS FREIWILLIGE SOZIALE SCHULJAHR

FSSJ
Werra Meißner

Du bist 14 Jahre oder älter und möchtest dich ein Schuljahr lang außerhalb des Unterrichts für 2 Stunden/Woche in einer sozialen, kulturellen oder ökologischen Einsatzstelle engagieren? Oder bist du schon engagiert? Dann bist du beim FSSJ genau richtig! Zum Abschluss erhältst du du ein Zertifikat, das deine Lernerfahrungen, Kompetenzen und Fähigkeiten nachweist.

ÄLWIS
ÄLTER WERDEN IM SOZIALRAUM

Koordinatorin ÄlwiS:
Peggy Großkurth
Nikolaiplatz 13, 37269 Eschwege

05651-3377006

Bürozeiten: Montag-Freitag 9-12 Uhr
und nach Vereinbarung

peggy.grosskurth@fbs-werra-meissner.de

Freiwillige Senioren- und Demenzbegleitung: Siegrid Bommhardt

Pflegende Angehörige: Annette Koch
Nikolaiplatz 13, 37269 Eschwege

freitags 9-12 Uhr

05651-33770018

seniorenbegleitung@fbs-werra-meissner.de

ÄLWIS – ÄLTER WERDEN IM SOZIALRAUM

ÄlwiS bietet Information, Beratung und Unterstützung für ältere Menschen und ihre Angehörigen im gesamten Werra-Meißner-Kreis an. Ziel ist es, die Selbständigkeit zu sichern, ein aktives Leben zu fördern und eine möglichst hohe Lebensqualität zu erhalten. Dazu können schon kleine Schritte beitragen. Wenn Sie sich vor Ort besondere Angebote wünschen, dann rufen Sie uns gerne an. Wir schauen, wie wir unterstützen können.

BESUCH PER TELEFON

Ob mit oder ohne Corona – das Telefon ist eine einfache, schnelle und gute Möglichkeit, regelmäßig miteinander im Kontakt zu bleiben. Unsere engagierten Ehrenamtlichen rufen Sie an und haben Zeit für Sie. Dies ist ein kostenfreies Angebot.

FREIWILLIGE SENIORENBEGLEITUNG

Sie wünschen sich jemanden, der etwas mit Ihnen unternimmt, Ihnen etwas vorliest, erzählt oder zuhört, mit Ihnen spazieren geht und Gespräche führt oder Sie bei Arztbesuchen oder Behördengängen begleitet? Freiwillige Seniorenbegleiter*innen sind für Sie da! Es sind engagierte Menschen, die sich für ihre freiwillige Tätigkeit qualifiziert haben. Die Begleitung ist kostenfrei, anfallende Fahrtkosten sollten erstattet werden.

FREIWILLIGE DEMENZBEGLEITUNG

Freiwillige Demenzbegleiter*innen entlasten pflegende Angehörige oder stehen allein lebenden Menschen mit Demenz zur Seite. Die Begleitung kann über Leistungen der Pflegeversicherung abgerechnet werden. Die Begleitungen werden von qualifizierten und engagierten Ehrenamtlichen durchgeführt. Eine Vermittlung kann daher auch nur erfolgen, wenn Freiwillige zur Verfügung stehen.

AKTIVIERENDER HAUSBESUCH

Ihre Beweglichkeit ist schon eingeschränkt, aber Sie möchten noch möglichst lange fit und Zuhause wohnen bleiben? Ein ehrenamtlicher Bewegungspate oder eine Bewegungspatin kommt zu Ihnen nach Hause und unterstützt Sie, mit einfachen Bewegungsübungen vorhandene motorische Fähigkeiten zu behalten und zu fördern. Zusätzlich bleibt genügend Zeit für gemeinsame Gespräche.

Vereinbaren Sie eine kostenlose Schnupperstunde mit uns. Wir kommen gerne zu Ihnen und stellen das Angebot persönlich vor. Jeder weitere Besuch kostet 4 €.

Die Aktivierenden Hausbesuche werden von qualifizierten und engagierten Ehrenamtlichen durchgeführt.

Altkreis Eschwege:

Siegrid Bommhardt
05651-3377018
seniorenbegleitung@fbs-werra-meissner.de

Altkreis Witzenhausen:

Christiane Kriegsmann
05542-5400
seniorenbegleitung@vhs-werra-meissner.de

Hessisch Lichtenau und Großalmerode:

Birgit Simon
0176-57681988
birgit.simon@fbs-werra-meissner.de

PFLEGEBOTSCHAFTER

Die Pflegebedürftigkeit stellt Angehörige oft vor große Herausforderungen. Pflegebotschafter vor Ort kennen sich mit Unterstützungsangeboten aus und helfen Ihnen, sich einen Überblick zu verschaffen und weitere Schritte anzugehen.

Annette Koch
05651-3377018

SELBSTSTÄNDIG IM ALTER!

Gedächtnis und Beweglichkeit trainieren nach der SimA (Selbstständig im Alter)-Methode. Ziel ist das Erhalten und Fördern von geistigen und körperlichen Fähigkeiten und das Knüpfen sozialer Kontakte. Mitzubringen sind:

- Anregungen aus ihrem Seniorenalltag
- Gute Laune, Spaß an Bewegung und geistigem Training
- Bequeme Kleidung und ein Baumwollbeutel

Ein Quereinstieg ist jederzeit möglich.
10 Termine.

Kurse in Eschwege, Weißenborn, Herleshausen und Wehretal auf Anfrage

Alzheimer Gesellschaft Werra-Meißner e.V.

Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Werra-Meißner e.V..

NIE ZU ALT FÜR SMARTPHONE UND CO

Kochrezepte nachschlagen, mit den Enkelkindern Bilder hin und herschicken oder verpasste Fernsehsendungen später nachschauen. Wir erklären Ihnen, ganz nach Ihren individuellen Wünschen, Ihr Handy oder Ihr Tablet. Bei Interesse melden Sie sich gern unter 05651-3377006. Die Kurse finden regelmäßig nach Bedarf statt und gerne auch vor Ort.

SICHERHEIT IM INTERNET

Was bedeuten Cookies? Welchen Internetbrowser benutze ich? Woran erkenne ich eine verdächtige Nachricht oder was ist der Enkeltrick? An diesem Abend beschäftigen Sie sich mit all den Fragen rund um Sicherheit im Internet.

Mo, 10.06., 16:00 - 18:00 Uhr

Noah Sünder, Jan-Luca Többen

ANGEHÖRIGEN GESPRÄCHSKREIS

Wir laden Sie ein zu unserem freien Austausch pflegender Angehöriger. Niemand versteht Sie besser, als Menschen, die in der gleichen Situation täglich erleben, wie schwierig und belastend es sein kann, eine nahe stehende Person zu pflegen. Bei uns finden Sie Ermutigung, Antworten auf Ihre Fragen und Entspannung. Neue Teilnehmer heißen wir in unserer Runde jederzeit herzlich willkommen.

kostenfrei

Termine bitte im Büro erfragen.

Annette Koch, Siegrid Bommhardt

RÜCKENFIT IM ALLTAG

für pflegende Angehörige

Egal, ob an der Wand, in der Küche oder im Auto. Es gibt immer Möglichkeiten den Körper fit zu halten. Unter Anleitung erlernen Sie in dieser Kurseinheit kleine Übungen, wie Sie auf und an Alltagsgegenständen Ihren Rücken beweglicher machen können. Im Anschluss laden wir Sie zu einer gemütlichen Kaffeerunde ein.

kostenfrei
Fr, 23.02.24 15:00 - 16:30 Uhr
Anja Heinrich

STADTFÜHRUNG WANFRIED

für pflegende Angehörige

Bei einem Stadtrundgang mit historischer Persönlichkeit erleben Sie die Geschichte der 1.000-jährigen Handels- und Hafenstadt Wanfried. Bürgerhäuser mit reich verzierten Schnitzereien und Ornamenten sind Zeugen dieser Glanzzeit. Nach dem Rundgang besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Kaffeetrinken.

kostenfrei
Fr, 26.04.24 15:00 - 16:30 Uhr
Rathaus Wanfried, Marktstraße 14
Annette Koch

REINHILD'S KRÄUTERGARTEN

für pflegende Angehörige

Gemeinsam mit Frau Austen sammeln wir essbare Heilkräuter in ihrem üppigen Kräutergarten und bereiten einen Smoothie sowie einen Salat nach Hildegard von Bingen zu. Dazu kann man selbstgemachtes Dinkelbrot mit frischen Kräuteraufstrichen genießen. Eine gemütliche Kaffeerunde beschließt den Nachmittag.

kostenfrei
Di, 11.06.24 14:00 - 17:00 Uhr
Am Löchen 10, 37296 Datterode
Annette Koch

Anzeige

Anzeige

WALDBADEN IN WEISSENBORN

für pflegende Angehörige

Im Waldtherapiezentrum in Weißenborn startet unser Waldbaden mit leichten Atem- und Bewegungsübungen zum Aufwärmen. Auf Liegen mit Blick in die hohen Baumkronen und weiteren Entspannungsübungen erfahren wir die erholende Wirkung des Waldes. Bei einem keinen Picknick besteht anschließend die Möglichkeit zum gemeinsamen Austausch.

kostenfrei

Fr, 23.08.24 14:30 - 16:30 Uhr

Parkplatz an L3300 kurz vor Weißenborn

Annette Koch

FUSSGYMNASTIK II

für pflegende Angehörige

Aufgrund der hohen Nachfrage, bieten wir dieses Jahr einen Aufbaukurs zur Fußgymnastik an. Ungeachtet der Tatsache, dass unsere Füße uns durchs Leben tragen, schenken wir ihnen oft zu wenig Aufmerksamkeit. Sie erlernen Übungen zur Kräftigung der Fußmuskulatur und Erhaltung der Fußgesundheit. Im Anschluss laden wir Sie herzlich zu einer gemütlichen Kaffeerunde ein.

kostenfrei

Fr, 25.10.24 15:00 – 16:30 Uhr

AUTOGENES TRAINING IN DER SALZGROTTE

für pflegende Angehörige

Genießen Sie bei Autogenem Training, sanfter Musik und buntem Lichtspiel den entspannenden Effekt der Salzgrotte und gewinnen neue Kraft für den Alltag. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Kaffeetrinken.

kostenfrei

Fr, 06.12.24 15:00 - 16:00 Uhr

Am Gradierwerk 2a, 37242 BSA

Alexandra Sennhenn

STARK IM MITEINANDER – GEMEINWESENARBEIT

Wie können wir das nachbarschaftliche Miteinander und den Zusammenhalt in der Gemeinde stärken? Welche Angebote werden vor Ort gewünscht und wer hat Ideen, wie dies umgesetzt werden kann? Mit diesen Fragen sind Mitarbeiterinnen der FBS seit Herbst 2022 in den Gemeinden Wehretal und Weißenborn mit den Bürgerinnen und Bürgern, den Vereinen, Einrichtungen und der Kommune im Gespräch. Besonders fördert die FBS dabei das freiwillige Engagement vor Ort und hat den Blick auf Angebote für Seniorinnen und Senioren. Seit Beginn der vor Ort-Arbeit konnte in Wehretal mit allen Ortsteilen sowie in Weißenborn und Rambach schon viel in Gang gesetzt werden, z.B. ein „wanderndes" Repair-Café, eine Vereinsmesse, regelmäßige generationenübergreifende Treffen. Die Anregungen hierfür stammen von den Bürgerinnen und Bürgern und werden im Wesentlichen von ihnen umgesetzt.

05651-3377012

ARBEITSMARKTINTEGRATION „LET'S WORK"

Frauen mit Flucht- oder Migrationshintergrund werden in neun Monaten auf den deutschen Arbeitsmarkt vorbereitet. Sie können u.a. durch Hospitations- und Praktikumserfahrungen realistische Eindrücke sammeln und kleinschrittige, individuelle Wege in die Berufstätigkeit entwickeln. Während die Mütter im Kurs lernen, werden die Kinder im Haus von geschultem Personal betreut.

Ainaz Basanjideh, 0157-33276042
Christina Britsch, 0151-20719413

In Kooperation mit dem Fachbereich 4, und dem Fachbereich 3.3 (Ausländerbehörde) des Werra-Meißner-Kreises, der Agentur für Arbeit und dem Jobcenter Werra-Meißner.

EHRENAMTLICHE FORMULARHILFE

Häufig sind Anträge schwer zu verstehen und auszufüllen. Zwei erfahrene Ehrenamtliche sind behilflich beim Ausfüllen von Anträgen wie Wohngeld, Kindergeldzuschlag, Job Center-Anträge etc.. Benötigen Sie Unterstützung? Dann rufen Sie uns an und vereinbaren einen Termin

05651-3377001

info@fbs-werra-meissner.de

TIPP:

Informiert sein
Täglich liegt in unserer Küche die Werra-Rundschau zum Lesen bereit. Wir laden Sie herzlich dazu ein, bei einer Tasse Kaffee oder Cappuccino die neuesten Nachrichten und Geschehnisse im Werra-Meißner-Kreis mit zu verfolgen.

ARBEITSMARKT-INTEGRATIONSMASSNAHME „AKTIV IN DEN JOB“

„Aktiv in den Job“ ist ein in drei Modulen aufgebautes Arbeitsmarktintegrationsangebot, das sich an alleinerziehende Mütter unter 29 Jahren im ALG II-Bezug mit Kindern bis zu 3 Jahren richtet. Ziel der Maßnahme ist die Aufnahme eines Ausbildungs- oder Arbeitsplatzes. Für die Kinder gibt es während der Kurszeit eine Kinderbetreuung.

Antje Vopicka, Carina Stanzel

0176-70258275

In Kooperation mit dem Fachbereich 4 des Werra-Meißner-Kreises und dem Jobcenter Werra- Meißner.

FAMILIENHÄUSER IM WERRA-MEISSNER-KREIS

Es gibt einige Kitas im Kreis, die freiwillig ihren Aufgabenbereich erweitert haben, um die ganze Familie zu stärken und sich dem Gemeinwesen zu öffnen. Mithilfe von verschiedenen Bildungs-, Beratungs- und Unterstützungsangeboten gestalten sie vielfältige Veranstaltungen, die sich unmittelbar nach den Wünschen und Bedürfnissen der Menschen vor Ort richten. Die Kitaleitungen und deren Teams stehen als Ansprechpartner*innen mit Rat und Tat zur Seite. Sie verfügen über vielfältiges Wissen und vermitteln bei Bedarf in das Hilfenetzwerk des Werra-Meißner-Kreises. Mit ihrer ressourcenorientierten, wertschätzenden und offenen Haltung richten sie sich an alle Familien

Julia Schlarbaum

05651-3377019

In Kooperation mit dem Fachbereich 4 des Werra-Meißner-Kreises.

SELBSTHILFEGRUPPEN – DIE SICH IN DER FBS TREFFEN

SELBSTHILFEGRUPPE PARKINSON ESCHWEGE

Neben dem Austausch mit Gleichgesinnten gibt es immer wieder wertvolle Informationen und Tipps rund um den Umgang mit der anstrengenden Krankheit.

jeden 1. Montag im Monat,
16:00 - 17:30 Uhr

Manfred Herbener,
05656-1323

SELBSTHILFECAFÉ

Das Selbsthilfe-Café lädt Interessierte herzlich ein, um mit den Mitarbeiterinnen der Selbsthilfekontaktstelle des Werra-Meißner-Kreises und Teilnehmenden aus den verschiedenen Selbsthilfegruppen ins Gespräch zu kommen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

jeden 1. Donnerstag im Monat
14:00 - 16:00 Uhr

Infos unter Selbsthilfekontaktstelle,
05651-302 25380

SELBSTHILFEGRUPPE ELTERN PSYCHISCH KRANKER KINDER UND JUGENDLICHER

Erleben Sie wie wohltuend es ist, sich mit Menschen auszutauschen, die Sie wirklich verstehen die ähnliche Reaktionen in Ihrem Umfeld erleben und die gleichen Prozesse durchleben.

jeden 2. Montag im Monat
17:00 - 19:00 Uhr

Infos unter Selbsthilfekontaktstelle,
05651-302 25380

SELBSTHILFEGRUPPE VERLASSENE ELTERN

Ihre Kinder wollen sie nicht mehr sehen, gehen nicht ans Telefon, schicken Briefe ungeöffnet zurück. Verlassene Eltern wissen häufig nicht einmal, warum ihre Kinder den Kontakt abbrechen und müssen trotzdem damit leben. Die Gruppe richtet sich an Eltern, die für sie in nicht nachvollziehbarer Weise von ihren Kindern verlassen wurden und darunter leiden. Reden hilft und die Tatsache, dass man nicht alleine mit diesem Problem da steht, können eine große Unterstützung und Trost sein. Informationen über die Selbsthilfekontaktstelle 05650-30225380

jeden 2. Dienstag im Monat
17:00 - 18:30 Uhr

Infos unter Selbsthilfekontaktstelle,
05651-302 25380

TIPP: Mit Ihrer Mitgliedschaft in der Evangelischen Kirche unterstützen Sie unsere Arbeit. Danke dafür!

Anzeige

Patinnen und Paten gesucht!

Als Pate oder Patin unterstützen Sie Kinder, deren Eltern psychisch erkrankt sind. Sie stehen den Kindern und Jugendlichen als verlässliche Kontaktperson außerhalb der Familie einmal in der Woche zur Seite.

Sie werden professionell begleitet, geschult und unterstützt von den Mitarbeiterinnen der

Psychosozialen Kontakt- und Beratungsstelle (PSKB) von Aufwind e.V.

Informationen und Kontakt:
Susanne Reiss 05651 7438 15
Andrea Selig 05651 7438 29
pskb@aufwind-wmk.de
www.aufwind-wmk.de

Aufwind
Verein für seelische Gesundheit e.V.

TRAUERCAFÉ

Ist ein geliebter Mensch von Ihnen gegangen, haben Sie hier die Möglichkeit, sich mit Menschen in ähnlichen Situationen auszutauschen, sich gegenseitig Mut zuzusprechen und sich zu unterstützen.

Bitte erkundigen Sie sich nach den aktuellen Terminen.

Hospizgruppe Eschwege e.V., 05651-338314

LILYSCOUT WMK – SELBSTHILFEGRUPPE FÜR LIP- UND LYMPHÖDEM

Li = Lipödem Ly = Lymphödem
Gemeinsamkeit macht uns stark und gibt Mut.Wir sind keine Jammergruppe, sondern suchen nach Möglichkeiten, unser Leben zu meistern. In dieser Gruppe brauchen wir uns nicht verstecken, wir machen uns Mut und finden Lösungswege.Wie soll das gehen, fragst Du Dich? Wir reden miteinander, tauschen Tipps, laden Fachleute ein, die uns über unsere Krankheit aufklären und wir machen das, was uns gut tut.

Termine auf Anfrage

Frau Fischer, 0160-92353065

Weitere Selbsthilfegruppen finden Sie unter: **www.gesundheitsnetz-wmk.de/selbsthilfe**

ANGEBOTE AUS FRÜHJAHRS-/SOMMER-PROGRAMM 2024 DER VHS WERRA-MEISSNER

vhs Volkshochschule Werra-Meißner

Anzeige

ZEIT DER STILLE

Die Passionszeit bietet – auch ohne religiösen Bezug – eine gute Gelegenheit, aus dem Alltag heraus und in die Stille einzutreten. Stille im Sinne von geräuscharmer Umgebung mit Phasen des Schweigens und der Meditation wirkt beruhigend und zugleich inspirierend. Mit Entspannungs- und Atemübungen, sanft schwingenden Körperbewegungen und stimulierenden Klängen finden wir zu innerer Ruhe und Gelassenheit. Impulstexte zum Thema Stille führen zu Momenten der Besinnung und Achtsamkeit. Indem wir bei uns selbst einkehren, schärfen wir unsere Sinne und unser Bewusstsein und gehen gestärkt in unseren Lebensalltag zurück.

Dr. Marion Feld

Do, 28.03.24, 18:00-19:30 Uhr und
Fr, 29.03.24, 10:00-17:00 Uhr
Anmeldeschluss: 21.03.24

Eschwege, vhs, Vor dem Berge 1, R. 204

38,00 €

Bildungsurlaub:

DIE KRAFT DES WALDES – ZUM STRESSABBAU UND ZUR RESILIENZFÖRDERUNG

Stressbedingte und chronische Erkrankungen treten bei Menschen vermehrt auf. Können Aufenthalte im Wald dabei helfen, Stress loszulassen und die Gesundheit zu fördern? In diesem Bildungsurlaub werden die Teilnehmenden nicht nur theoretisch erfahren, wie und warum die Waldatmosphäre so positiv und regenerativ auf den Körper wirkt, sie werden es direkt erspüren. Nach einer Woche mit täglich mehrstündigen Waldaufenthalten werden Sie gestärkt und mit vielen Ideen zur Stressbewältigung und Gesundheitsförderung zurück in den (Berufs-)Alltag gehen.

Daniela Friedrich

Mo, 24.06.24 ab 10:00 Uhr bis Fr, 28.06.24
Anmeldeschluss: 10.05.24

Hoher Meißner, Jugenddorf, 37290 Meißner

Gebühr: 497,00 €

Leistungen: Bildungsprogramm sowie 4 x Ü/VP und ein zusätzliches Mittagessen in der Freizeit- und Bildungsstätte Jugenddorf Hoher Meißner

INFOS UND ANMELDUNG ÜBER VHS WERRA-MEISSNER STANDORT ESCHWEGE

05651-7429-0

info.eschwege@vhs-werra-meissner.de

EVANGELISCHES FORUM WERRA-MEISSNER

evangelisches forum werra-meissner

Das Evangelische Forum Werra-Meißner ist ein Gesprächs- und Diskussionsforum. Wir diskutieren aktuelle gesellschaftliche Fragen und beleuchten sie aus christlicher Perspektive. Wir bieten Veranstaltungen zu Fragen des christlichen Glaubens, wobei wir Glauben und Zweifel als zwei Seiten einer Medaille verstehen. Wir geben Gedankenanstöße und fragen, wie wir heute die von Gott geschenkte Freiheit verantwortlich wahrnehmen können.

Unsere Themen umfassen folgende Bereiche:

- Gesellschaft und Theologie
- Frieden, Gerechtigkeit und Bewahrung der Schöpfung
- Interreligiöse Begegnung
- Kirche und Ehrenamt
- Partnerschaft und Ökumene

Die aktuellen Veranstaltungen finden Sie auf der Homepage der FBS.

Bestellen Sie unseren Newsletter unter:
Ev.Forum-WMK@ekkw.de

Oder besuchen Sie das Forum auf instagram
www.instagram.com/ev_forum_werra_meissner

Ansprechpartner*innen sind die Studienkreisleiter*in:

Pfr. Sieglinde Repp-Jost
Bei der Marktkirche 5
37269 Eschwege
05651-3588

Pfr. Dr. Wolfgang Gebhardt
Bei der Kirche 7
37290 Meißner OT Abterode
05657-237

Ev.Forum-WMK@ekkw.de

Zum Weltfrauentag:

DIE SCHMETTERLINGS-FRAU

Maria Sybilla Merian und die Sommervögel

Mit unglaublicher Ausdauer sammelte Maria Sybilla Merian vor 350 Jahren Schmetterlingsraupen, beobachtete ihre Entwicklung und hielt alles in einzigartigen Aquarellen und Kupferstichen fest. Sie leitete damit neue Wege in der Insektenforschung ein und war – ungewöhnlich für die Zeit, in der sie lebte – eine selbständige, forschende Frau mit Pioniergeist und Entdeckerinnenmut. In facettenreichen und fesselnden Geschichten erzählt Dorothea Nennewitz mit lebhafter Gestik, Mimik und Aktion vom bewegten Leben der Künstlerin und Naturforscherin. Und Schmetterlinge gaukeln und schaukeln, hier, da und dort durch das Programm.

Do, 07.03.24, 19.00 Uhr

GH Niederhone

TEILNAHMEBEDINGUNGEN

Die Teilnahmebedingungen gelten für alle Einzelveranstaltungen und Kurse der Evangelischen Familienbildungsstätte-Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner und werden von den Teilnehmenden durch ihre Anmeldung verbindlich anerkannt.

ANMELDUNG

- Für alle Veranstaltungen ist eine vorherige Anmeldung erforderlich.
- Eine Anmeldung ist bis eine Woche vor Veranstaltungsbeginn möglich, ob persönlich, telefonisch oder digital.
- Die Anmeldung ist verbindlich.
- Mit einer Anmeldung zu einer Veranstaltung entsteht die Zahlungspflicht.
- Anmeldebestätigungen werden nicht versendet.

Kurse mit zu geringer Teilnehmerzahl fallen aus und werden manchmal auch kurzfristig abgesagt.

KURSBEDINGUNGEN

- Die Kursgebühr wird spätestens am 1. Kurstag fällig.
- Teilnehmende Geschwisterkinder bezahlen die Hälfte, außer bei den Ferienangeboten.
- Gebührenermäßigungen sind nach Absprache möglich.
- Nach Absprache kann ein Kurs mit zu geringer Teilnehmerzahl mit einer reduzierten Kursdauer oder erhöhten Kursgebühren stattfinden.
- Bei allen Spielkreisen und Kreativkursen sind die Materialkosten nicht in der Kursgebühr enthalten.

ABMELDUNG

- Eine Abmeldung ist bis zu fünf Werktagen vor Veranstaltungsbeginn möglich, andernfalls wird auch bei Nichtteilnahme der volle Beitragssatz erhoben.

HAFTUNG UND DATENSCHUTZ

- Die Evangelische Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner übernimmt für Beschädigungen oder Verlust von persönlichem Eigentum keine Haftung.
- Informationen zum Datenschutz unter www.fbs-werra-meissner.de/datenschutzerklaerung

TIPP:

EHRENAMTLICHE GESUCHT!

Sie haben Interesse, sich ehrenamtlich zu betätigen? Wir bieten Ihnen Möglichkeiten zum freiwilligen Engagement in unserem Haus, z.B.

- Paten für Familien
- Begleitung von Senioren
- Repair-Café
- foodsharing

JANUAR 2024

05.01.24	Quiz am Nachmittag	7
07.01.24	Backfreunde	7
11.01.24	Die tolle Knolle – Internationale Kartoffelgerichte	29
14.01.24	Offenes Sonntagscafé	7
15.01.24	Handarbeitstreff am Nachmittag	6
15.01.24	Geburtsvorbereitungskurs	18
15.01.24	Blockflötenkurs	40
15.01.24	DELFI®	10
15.01.24	Spielkreis	11
16.01.24	Mittagstisch	7
16.01.24	Musik und Bewegung für Kinder von 6-10	21
16.01.24	Alfa Lern-Café	6
16.01.24	Kreistanz-Tanzkreis	30
18.01.24	Offener Spielenachmittag	8
19.01.24	Rückbildungsgymnastik	18
22.01.24	Willkommen bei den Krümels	12
22.01.24	Nähtreff	40
23.01.24	Kinder-Flötenkurse für Anfänger*innen	23
23.01.24	Yoga für Kinder und Eltern	14
23.01.24	Kinder-Flötenkurse für Fortgeschrittene	23
23.01.24	Yoga und Meditation	30
24.01.24	Tanz des Lebens	30
25.01.24	Nähtreff für Anfängerinnen	40
27.01.24	Klangschalen zum Kennenlernen	32

FEBRUAR 2024

01.02.24	Pilates für Mütter mit Babys	11
02.02.24	Beikost-Brunch – gesund, bunt, gemeinsam	11
02.02.24	Progressive Muskelentspannung (PM)	32
03.02.24	Ayurveda für jeden Tag	32
04.02.24	Krabbelgottesdienst	12
05.02.24	Baby Massage	10
05.02.24	Schnupper Klang-Treff	33
07.02.24	Sitzgymnastik Kooperation Gesunder WMK	33
08.02.24	Die tolle Knolle- Internationale Kartoffelgerichte	29
09.02.24	Teens Yoga (für Mädchen) 12-16 Jahre	24
09.02.24	Gemeinsam durch die Fastenzeit	34
10.02.24	KiKo – Kinder kochen	23
12.02.24	Gesund kochen – für alleinstehende Männer	34
15.02.24	Autogenes Training	34
17.02.24	Reiki und Klang	36
23.02.24	Rückenfit im Alltag	51

MÄRZ 2024

04.03.24	Willkommen bei den Krümels	12
05.03.24	Respectare® für Senioren	36
09.03.24	Kleiderkarussell	8
10.03.24	KiBa– Kinder basteln	23
14.03.24	Die tolle Knolle- Internationale Kartoffelgerichte	29
14.03.24	Regeln im Familienalltag	18
20.03.24	Unklare Bauchbeschwerden	36

22.03.24	Väter und Kinder zum Baubetriebshof	14
23.03.24	Mit Sonne und Mond durch das Jahr	36

APRIL 2024

02.04.24	Ferienworkshop – Kochführerschein	25
08.04.24	Ferienworkshop – Graffitti	25
15.04.24	Blockflötenkurs	40
16.04.24	Qigong – Mit "Wohlspannung" in den Tag	37
16.04.24	Eltern-Kind-Massage „Berührung mit Respekt"®	14
17.04.24	Liebe, Wut und Milchzähne	19
17.04.24	Sitzgymnastik Kooperation Gesunder WMK	33
19.04.24	Progressive Muskelentspannung (PM)	32
20.04.24	Väter und Kinder zur Polizei	16
22.04.24	Willkommen bei den Krümels	12
22.04.24	Nähtreff	40
23.04.24	Kinder-Flötenkurse für Anfänger*innen	23
23.04.24	Kinder-Flötenkurse für Fortgeschrittene	23
23.04.24	Yoga und Meditation	30
23.04.24	Kreistanz-Tanzkreis	30
25.04.24	Buggy-Fitness	14
25.04.24	Nähtreff für Anfängerinnen	40
26.04.24	Stadtführung Wanfried	51
27.04.24	Seifenblasenzirkus für Groß und Klein	16

MAI 2024

03.05.24	Stauden- und Pflanzenflohmarkt	8
08.05.24	Wir bauen eine Waldmurmelbahn	21
15.05.24	Großelternspaziergang	16
15.05.24	Tanzsternchen	21
25.05.24	Persische Spezialität	38

JUNI 2024

01.06.24	KiKo – Kinder kochen	23
03.06.24	Willkommen bei den Krümels	12
04.06.24	Respectare® für Senioren	36
08.06.24	Babysitter-Kompaktkurs	24
10.06.24	Baby Massage	10
10.06.24	Sicherheit im Internet	50
11.06.24	Reinhild's Kräutergarten	51
12.06.24	Die Hitzewelle rollt an	37
21.06.24	Erste Hilfe am Kind	19

JULI 2024

30.07.24	Ferienworkshop – Nähführerschein	61

AUGUST 2024

23.08.24	Waldbaden in Weißenborn	52
26.08.24	Blockflötenkurs	40
27.08.24	Kreistanz-Tanzkreis	30
29.08.24	Buggy-Fitness	14

SEPTEMBER 2024

01.09.24	Krabbelgottesdienst	12
02.09.24	Nähtreff	40
03.09.24	Kinder-Flötenkurse für Anfänger*innen	23
03.09.24	Kinder-Flötenkurse für Fortgeschrittene	23
05.09.24	Yoga für Kinder und Eltern	14
05.09.24	Nähtreff für Anfängerinnen	40
06.09.24	Teens Yoga (für Mädchen) 12-16 Jahre	24
07.09.24	Klangschalen zum Kennenlernen	32
11.09.24	Sitzgymnastik Kooperation Gesunder WMK	33
13.09.24	Progressive Muskelentspannung (PM)	32
14.09.24	Ayurveda für jeden Tag	32
16.09.24	Schnupper Klang-Treff	33
18.09.24	Großelternspaziergang	16
21.09.24	KleiderKarussell	8
28.09.24	Gesund kochen – für alleinstehende Männer	34

OKTOBER 2024

05.10.24	KiBa– Kinder basteln	23
09.10.24	Der Bibliotheksführerschein	24
09.10.24	Die Veggie-Küche	38
10.10.24	Regeln im Familienalltag	18
12.10.24	Fußgymnastik	38
14.10.24	Ferienworkshop – Kunst für Kids	26
23.10.24	Sitzgymnastik Kooperation Gesunder WMK	33
25.10.24	Fußgymnastik Teil II	52
31.10.24	Pilates für Mütter mit Babys	11

NOVEMBER 2024

01.11.24	Hobby-Künstlermarkt	8
04.11.24	Baby Massage	10
09.11.24	Reiki und Klang	36
11.11.24	Laternenumzug	13
13.11.24	Pralinenwerkstatt	38
16.11.24	KiKo – Kinder kochen	23
23.11.24	Flohmarkt von Kindern für Alle	9
30.11.24	Weihnachtsbäckerei	23

DEZEMBER 2024

01.12.24	KiBa– Kinder basteln	23
01.12.24	Wir feiern Advent	13
06.12.24	Autogenes Training in der Salzgrotte	52
07.12.24	Wir filzen ein Familienbild	16

- Offene Treffs und Märkte
- Eltern und Kinder
- Eltern
- Kinder, Jugendliche, Ferienangebote
- Interkulturalität
- Gesundheit und Kochen
- Kreatives und Musik
- Senioren, pflegende Angehörige

Ev. Familienbildungsstätte Werra-Meißner

Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander

EVANGELISCHE FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE – MEHRGENERATIONENHAUS WERRA MEIßNER

An den Anlagen 14a
37269 Eschwege

05651-3377001

info@fbs-werra-meissner.de

Bürozeiten:
Mo bis Do 9:00 bis 12:00 Uhr
Mo 15:30 bis 17:30 Uhr
außer in den Schulferien

EVANGELISCHER KIRCHENKREIS Werra-Meißner

Die Evangelische Familienbildungsstätte – Mehrgenerationenhaus Werra Meißner ist eine Einrichtung des Ev. Kirchenkreises Werra-Meißner.

FÖRDERER

Unser Mehrgenerationenhaus Werra-Meißner wird gefördert vom

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

Das Land Hessen fördert uns als Familienzentrum und in verschiedenen Projekten.

HESSEN

Unser besonderer Dank gilt dem Werra-Meißner-Kreis für die Unterstützung zahlreicher Projekte und unserer Einrichtung!

WERRA-MEIßNER-KREIS
Der Kreisausschuss

EVANGELISCHE FAMILIENBILDUNGSSTÄTTE – MEHRGENERATIONENHAUS WERRA MEIßNER

www.fbs-werra-meissner.de

facebook

instagram

Bilder: Sebastian Bender, FBS-MGH, Pixabay, Freepik (Premium Lizenz), iStock (S. 7, 42, 48), AdobeStock: Yakobchuk Olena (S. 41), Jacob Lund (S. 49), Shutterstock: Ground Picture (S. 48), Wikimedia: Christoph Braun (S. 51, CC0)
Gestaltung: Grafikatelier Köhler, www.die-visiomaten.de